

# RELIGIJSKA, SIMBOLIČKA I DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE: ŽIDOVSTVO, KRŠĆANSTVO I ISLAM

---

Milatić, Lara

Undergraduate thesis / Završni rad

2024

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Split, Faculty of Humanities and Social Sciences / Sveučilište u Splitu, Filozofski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:172:848771>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-03-24**

*Repository / Repozitorij:*

[Repository of Faculty of humanities and social sciences](#)



SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

ZAVRŠNI RAD

**RELIGIJSKA, SIMBOLIČKA I DRUŠTVENA DIMENZIJA  
PREHRANE: ŽIDOVSTVO, KRŠĆANSTVO I ISLAM**

**LARA MILATIĆ**

Split, 2024.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
JEDNOPREDMETNI STUDIJ SOCIOLOGIJE

**ZAVRŠNI RAD**

**RELIGIJSKA, SIMBOLIČKA I DRUŠTVENA DIMENZIJA  
PREHRANE: ŽIDOVSTVO, KRŠĆANSTVO I ISLAM**

**MENTOR:**

**Izv.prof. dr. sc. Vlaho Kovačević**

**STUDENTICA:**

**Lara Milatić**

## SADRŽAJ

|   |    |
|---|----|
| 1. UVOD.....  | 1  |
| 2. RELIGIJA.....                                      | 3  |
| 2.1. KRŠĆANSTVO.....                                  | 4  |
| 2.2. ŽIDOVSTVO .....                                  | 6  |
| 2.3 ISLAM.....  | 7  |
| 3. RELIGIJSKA DIMENZIJA PREHRANE .....                | 9  |
| 4. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE .....                 | 12 |
| 5. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE.....                 | 15 |
| 6. HRANA U KONTEKSTU KRŠĆANSTVA .....                 | 17 |
| 6.1. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U KRŠĆANSTVU.....   | 21 |
| 6.2. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE U KRŠĆANSTVU ..... | 24 |
| 7. HRANA U KONTEKSTU ŽIDOVSTVA.....                   | 28 |
| 7.1. KOŠER.....                                       | 31 |
| 7.2. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U ŽIDOVSTVU .....   | 35 |
| 7.3. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE U ŽIDOVSTVU.....   | 37 |
| 8. HRANA U KONTEKSTU ISLAMA .....                     | 40 |
| 8.1 HALAL.....  | 42 |
| 8.2. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U ISLAMU .....      | 45 |
| 8.3. SIMBOLIČKA DIMENZIJA HRANE U ISLAMU.....         | 47 |
| 9. ZAKLJUČAK .....                                    | 49 |
| SAŽETAK.....  | 51 |
| SUMMARY.....  | 52 |
| POPIS LITERATURE .....                                | 53 |
| POPIS TABLICA .....                                   | 56 |
| BILJEŠKE O AUTORU.....                                | 57 |
| IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI .....                  | 58 |

## 1. UVOD

„Kruh koji ću ja dati, tijelo je moje – za život svijeta.“ – Iv. 6,51

Hrana i religija su duboko povezane u mnogim kulturama širom svijeta. Ova poveznica ne samo da oblikuje prehrambene navike pojedinaca, već ima i značajan utjecaj na društvene, kulturne i duhovne aspekte života. U mnogim religijama, hrana se koristi kao sredstvo za izražavanje vjerskih uvjerenja, identiteta i zajedništva. Primjerice, određene namirnice i načini pripreme hrane mogu biti propisani ili zabranjeni kroz religijske zakone, kao što su halal i košer pravila u islamu i judaizmu. Osim toga, rituali povezani s hranom, poput posta ili blagoslova hrane, igraju ključnu ulogu u jačanju duhovne povezanosti i pripadnosti zajednici (Petrov, 2021).

Cilj ovog rada jest uočiti i obraditi temeljnu povezanost između načina i važnosti prehrane sa različitim religijama u svijetu odnosno kršćanstvom, židovstvom i islamom. Hrana osim što je sredstvo koje služi za preživljavanje ima krucijalnu društvenu i simboličku dimenziju unutar religija. Osobito je to vidljivo danas kada su se umnožile čovjekove mogućnosti u kojima se sve otvorenije zastupa moral bez Boga, religioznost bez duha te kršćanstvo bez Krista. Hrana ponajprije simbolički u religijama predstavlja duhovnu povezanost sa samim Bogom, te omogućava direktno povezivanje s njim, kroz nju čovjek postaje najbliži Bogu. A društvena dimenzija povezanosti između hrane i religije omogućuje stvaranje vlastitog identiteta u skladu sa očekivanim društvenim identitetom same religije. Neovisno o kojoj se religiji radilo svaka ima svoju društvenu i simboličku dimenziju povezanosti između hrane i religije. Stoga, ova je povezanost krucijalna za razumijevanje različitih religija u svijetu, na što se prvenstveno ovaj rad i odnosi.

U drugom poglavlju će se rad temeljiti na značenju same religije i njene važnosti za društvo ali će se i navesti krucijalne tri religije oko kojih će se cijeli rad i temeljiti odnosno kršćanstva, židovstva i islama. Navesti će se njihove temeljne religijske postavke, uvjerenja i vrijednosti ali ujedno i njihove Svete knjige po kojima će se kasnije bazirati važnost povezanosti između religije i hrane. Religija u današnje vrijeme gubi svoj osnovni oblik, pokušava se materijalizirati i odvajati od onog krucijalnog odnosno duha, koji ponajprije i omogućava da se vjernik poveže sa svojom vjerom, da je razumije ali i da živi po njenoj riječi. današnja vjera sve više je mrtva vjera živih ljudi. Koji pokušavaju pronaći objašnjenje za sve, umjesto da se duhom povežu u nebesku dimenziju stvarajući tako jedinstvo s Bogom, što ponajprije i je cilj svake od navedenih religija.

Zatim slijedi poglavlje u kojem se očituje povezanost religije i hrane kroz objektivnu percepciju, ne kroz razumijevanje hrane preko neke konkretne religije. Ovaj dio je od krucijalne

važnosti jer promatra sve one aspekte u kojima se hrana povezuje sa religijom, a zajednička je svakoj od religija. S obzirom da hrana utječe na tijelo, um i duh njoj je važnu dimenziju odredila upravo religija. Često se zbog toga se često pripadnost određenoj religiji promatra upravo preko odnosa sa hranom. Hrana omogućava čovjeku da komunicira s Bogom preko molitve i riječi zahvale.

Nadalje, u četvrtom poglavlju obraditi će se društvena dimenzija prehrane kroz navođenje temeljnih društvenih razlika koje se očituju po načinu prehrambenih preferencija. Razlike u društvenim klasama se itekako mogu očitovati sukladno prehrambenim preferencijama i tradicija koje se pripisuju određenoj klasi od povijesti. Nadalje, definirati će se važnost hrane u različitim fazama socijalizacije koje itekako na kraju utječu na oblikovanje samog identiteta pojedinca. Ovdje se također može uočiti razlika sadašnjeg promatranja religije u kojem se pojedinac otuđuje od religije i udaljava od onog što mu ponajprije utječe na sastavni i integralni dio njegovog identiteta odnosno udaljava se od Boga.

S obzirom da se religija ne može promatrati bez svoje simboličke dimenzije ona zauzima peto poglavlje ovog rada kako bi se uočio način na koji hrana unutar svake od religija ima svoju simboličku dimenziju koja je također zajednička svakoj od religija, a to predstavlja ponajprije komunikaciju sa Bogom u religijskom kontekstu.

Sljedeće poglavlje se konkretno kreće orijentirati na povezanost hrane i religije u kontekstu kršćanstva pritom navodeći simboličku i društvenu dimenziju iste kroz razumijevanje važnosti Euharistije, Posta, Isusa i temeljnih vrijednosti samog kršćanstva. Kršćanstvo je jedna od najbrojnijih religija u svijetu, iako ne predstavlja neko novo religijsko uvjerenje, uzdiže se iznad svakog vanjskog zakona ili obreda. Kršćanstvo predstavlja duh više od bilo koje druge religije, jer zahtjeva vjeru duhom ne materijom. Božje riječi u kršćanstvu nije teško razumjeti, njih je teško prihvatiti. Teško ih je slušati, a kamoli živjeti po njima. One su u stanju neke ljude i uvrijediti. Sablazniti zbog teškoća i nevolja u životu zbog kojih najprije krenu okrivljavati Boga. Istina primorava na promjenu što ljudi ne žele. Ono što ljudi žele kršćanstvo nije voljno i spremno dati. Ono što kršćanstvo nudi to ljudi niti žele niti su voljni primiti.

Zatim se rad usmjerava na povezanost hrane i religije u kontekstu židovstva kroz perspektivnu njihovih temeljnih blagdana, svete knjige Talmuda ali i samog Košera po kojem se svaki religijski pripadnik židovstva vodi.

Posljednje teorijsko poglavlje se orijentira na povezanost hrane i Islama, u njenoj društvenoj i simboličkoj dimenziji provodeći osnovna pravila Halala kojeg se svaki musliman mora pridržavati kako bi štovao svoju religiju i vodio je do Boga.

## 2. RELIGIJA

Joachim Wach je definirao religiju kao „cjelokupni život utemeljen na duhovnoj svijesti, koja se izražava kroz spoznaju, djelovanje i obožavanje, te se temelji na osjećaju ovisnosti i povezanosti s onim što se smatra svetim i božanskim“ (Wach, 1944, str. 33). Joachim Wach je religiju shvaćao kao sveobuhvatni okvir koji oblikuje cjelokupni život pojedinca ili zajednice. Prema Wachu, religija nije samo puko vjerovanje u božanstvo ili prakticiranje obreda, već integrirani sustav koji uključuje tri ključna aspekta: spoznaju, djelovanje i obožavanje. Spoznaja se odnosi na razumijevanje i tumačenje svetog, božanskog i transcendentnog. To uključuje vjerovanja, doktrine i teološke koncepte koji oblikuju kako pojedinci percipiraju svijeti svoje mjesto u njemu. Djelovanje obuhvaća moralne norme, etičke smjernice i društveneprakse koje proizlaze iz religijskih uvjerenja. Ovdje se religija manifestira u svakodnevnim radnjama, ponašanju i interakcijama s drugima, kao i u specifičnim religijskim obredima i ceremonijama. Obožavanje je izražavanje dubokog poštovanja i odanosti prema svetom ili božanskom. To je duhovna praksa koja uključuje rituale, molitve i druge oblike pobožnosti, a kroz nju se pojedinci povezuju s božanskim i nastoje izraziti svoje osjećaje poniznosti, zahvalnosti i zavisnosti. Wachova definicija religije naglašava da je religija sveobuhvatna sila koja prožima svaki aspekt života vjernika, oblikujući njihov način razmišljanja, ponašanja i osjećanja. Ovaj holistički pristup religiji ukazuje na to da je religija više od niza vjerovanja ili obreda – ona je temeljni okvir koji organizira i usmjerava ljudsko postojanje u cjelini.

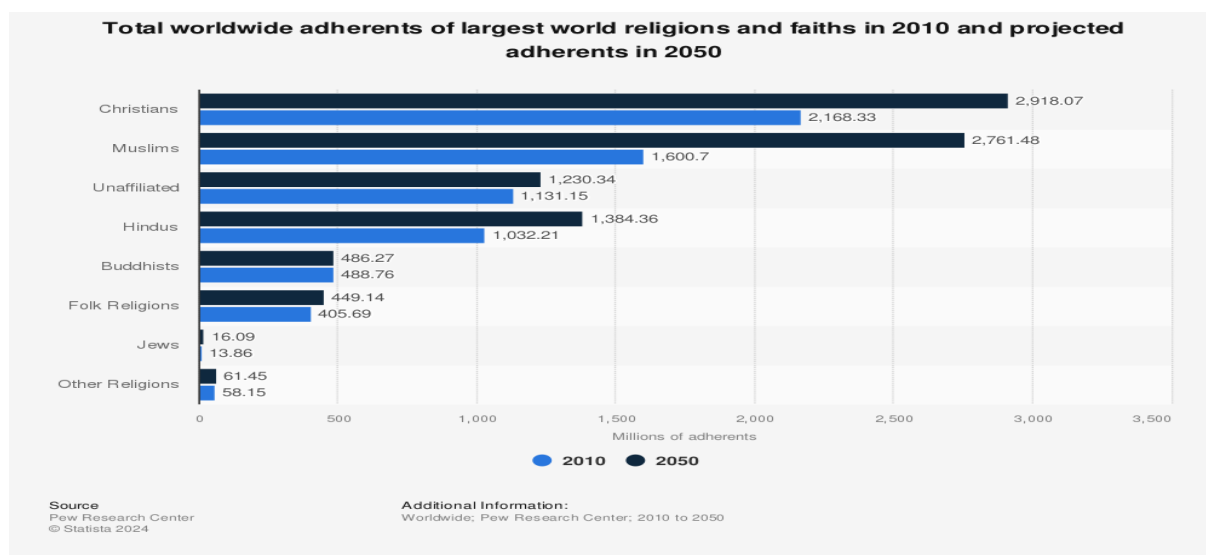
Religija pruža osjećaj moći i snage kako pojedinca tako i društva, a povezan je s konceptom svetoga, onime što je suprotno profanom, pa je vjerovanje u sveto ili poseban odnos spram svetih stvari ključan element religijskih pripadnika. S obzirom da ova definicija nastoji biti vrlo precizna, ona u svoju definiciju, pa shodno tome i u svoja istraživanja, uključuje institucije, praksu, vjerovanje, jezik i simbole. Čini se da dobro pogađa bit religijskog, posebice konceptom svetoga koji religijsko jasno odvaja od svakodnevnoga, odnosno unutar svakodnevnoga jasno razlikuje ono što nije od ovoga svijeta (Zrinščak, 2008, 26).

U svijetu postoji mnogo različitih vrsta religija koje se vode posebnim zakonima i propisima s kojima štiju svoje religijsko uvjerenje. One religije koje će se obraditi u ovom radu su : Kršćanstvo gdje se ubrajaju katolicizam, protestantizam i pravoslavlje, zatim Islam u kojem se mogu razlikovati Suniti, Šijiti i Ibaditi. Te naposljetku židovstvo gdje se ubrajaju ortodoksno židovstvo, konzervativno i reformirano. Svaka od ovih religija vodi se posebnim religijskim knjigama u kojima su pripisana temeljna načela s kojima se vjernici kao pripadnici određene religije moraju voditi kroz život. Kod kršćanstva je to Biblija u kojoj se razlikuje stari i novi zavjet, s tim da se stari zavjet dijeli sa židovstvom, nadalje islam kao svetu knjigu ima Kur'an,

a Hadisi su zbirke i djela proroka Muhameda koji produbljuju njihovu svetu knjigu. I naposljetku Sveta knjiga židovstva je Tanakh, koji se često naziva i Hebrejska Biblija. Tanakh se sastoji od tri dijela: Tora (Zakon), Nevi'im (Proroci) i Ketuvim (Spisi). Tora, koja se također naziva Petoknjižje, uključuje prvih pet knjiga Biblije: Postanak, Izlazak, Levitski zakonik, Brojevi i Ponovljeni zakon.

Ove religije su ujedno i najstarije na svijetu. Kršćanstvo je 2010. godine prema podacima statistike proglašeno najrasprostranjenijom na svijetu sa 2.918.07 kršćana, nakon čega slijedi Islam sa 2.761.48, dok se Židovstvo nalazi skoro pred dnu ljestvice. Također, statistika navodi kako će se, prema njihovim procjenama, do 2050. godine broj religijskih pripadnika po pitanju svih religija smanjiti.

U daljnjem tekstu navesti će se religije koje su sastavni dio rada te će se detaljnije objasniti njihov nastanak i temeljna uvjerenja koja čine ove religije drugačijim jedne od drugih.



Tablica 1. <https://www.statista.com/statistics/1350917/world-religions-adherents-2010-2050/>

## 2.1. KRŠĆANSTVO

Od svih velikih religija kršćanstvo je najraširenije i ima najveći broj sljedbenika. Brojka je vjerojatno preuveličana, ali registri navode da je gotovo jedna od svake tri osobe danas kršćanin, čime se brojka približava jednoj i pol milijardi (Houston, 1991, 319).

Kršćanstvo započinje Isusom Kristom, što ujedno čini i 1. stoljeće kršćanske ere, kršćani Isusa smatraju Sinom Božjim i Mesijom (koji je bio predviđen u starom zavjetu). Premda Isus ne utemeljuje neko novo religijsko uvjerenje on se uzdiže iznad bilo kojega vanjskoga zakona ili obreda. Isus je zbog ovakvih svojih stavova stavio konačni potpis pod vlastitu smrtnu presudu. Stavovi su to zbog kojih je neminovno morao otići u smrt jer se sukobio s ideologiziranom



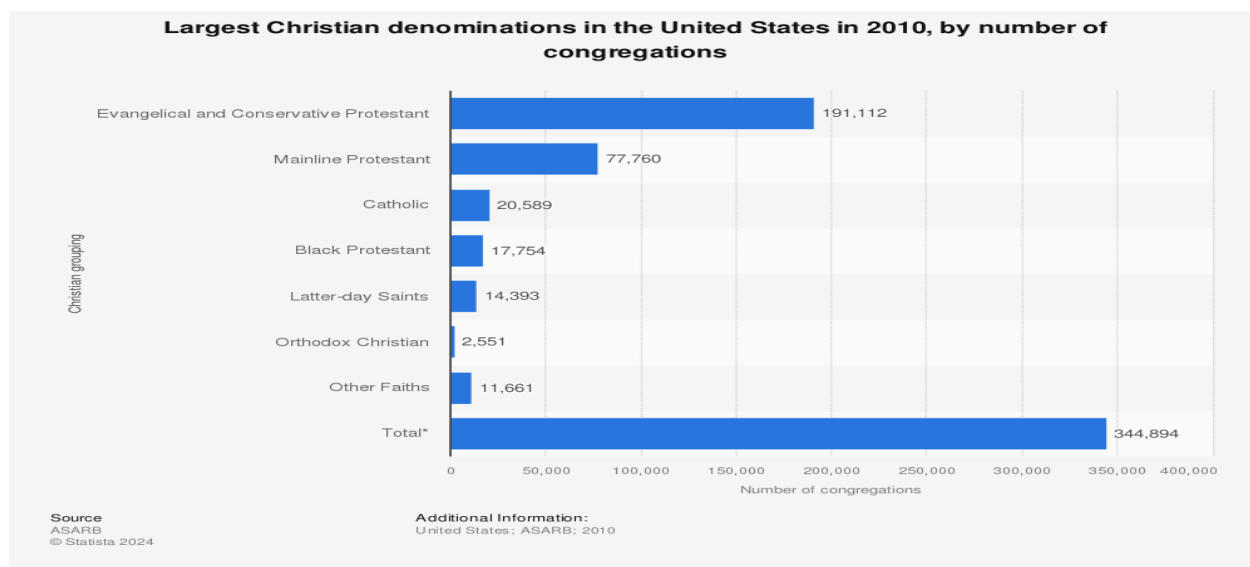
religijom svog vremena, a pitanja koja je trajno postavljao i nabacivao te kojima je za svoga života izazivao svoje slušateljstvo, za svaku religiju, a ne samo za židovsku religiju, pitanja koja se tiču srčike svake religije. Stoga nije dopušteno „razdvajati“ Isusa i njegove stavove kadje u pitanju bitno i sve čovjekovo. Način na koji je završila Isusova zemaljska služba poznat jesvima. Nakon što je nekoliko mjeseci proveo među svojim narodom i poučavao ih, bio je razapet. Da je tako priča završila kršćanstvo ne bi imalo ovolikog jeka kao danas, ono što je kršćanstvo sagradilo je upravo Isusovo uskrsnuće. Ubrzo nakon toga, njegovi su sljedbenici počeli propovijedati evanđelje o svom Uskrsnulom Gospodinu (Houston,1991, 331). Kršćanstvo je stoga izvorni baštinik Isusovog uskrsnuća.

Isusovi učenici su nastavili širiti vjeru i pisati spise o Isusovoj riječi, ne zato što su željeli osnovati religiju i krenuti sa novim religijskim uvjerenjem. Umjesto toga, to je bilo njihovo iskustvo – iskustvo življenja u prisutnosti nekoga čija se nesebična ljubav, čista radost i nadnaravna moć spojila na način koji su njegovi učenici smatrali božanski tajanstvenim. Međutim, bilo je samo pitanje vremena prije nego što su kršćani osjetili potrebu da razumiju tu tajnu kako bi je objasnili sebi i drugima. Tako je nastala kršćanska teologija, a od tada Crkva postaje vođena razumom kao i srcem(Houston, 1991, 341).

Sveta knjiga kršćanstva jest Biblija, nastala je zbog toga što je Bog poslao Isusa na zemlju koji predstavlja Božanstvo u ljudskom obliku, i svojim je Svetim Duhom nadahnuo biblijske pisce da zapišu božanska otkrivenja kao pouzdanu i autoritativnu Božju riječ (Davidson,2000,67). Biblija se sastoji od dva zavjeta starog i novog. Stari zavjet se dijeli u kršćanskoj i židovskoj religiji upravo zbog činjenice da je Isus bio židovske krvi. Već su u Starom zavjetu svećenici i leviti bili odgovorni za iznošenje Božje riječi narodu i za tumačenje Božjeg zakona u različitim prigodama, razlog zašto su isključivo svećenici i leviti mogli tumačiti bibliju jest što ograničena ljudska bića nisu u stanju na svoju ruku shvatiti um Beskonačnoga (Davidson, 2000,69). S druge strane Novi zavjet jasno svjedoči da je tumačenje Pisma zadaća cijele Crkve i da nije ograničena na nekolicinu stručnjaka, takav pomak se događa s obzirom na vremensku, prostornu i kulturnu udaljenost u odnosu na biblijske pisce. Biblijski kanon je dovršen prije gotovo dvije tisuće godina. Većina ih je i geografski udaljena od mjesta na kojemu je pisano Sveto pismo. Čak i današnji stanovnici Bliskog istoka žive u sasvim različitoj kulturi od one u biblijska vremena (Davidson, 2000,69).

Iako je dugo vremena kršćanstvo bilo cjelovito bez ikakvih podjela, to se ipak dogodilo raspadom Rimskog carstva kada se podijelilo na pravoslavlje i katolicizam, a protestantizam se odjeljuje naknadno. Iako se razlikuju po nekim uvjerenjima ono što im je zajedničko jest vjera u Isusa Krista, što predstavlja i ključ kršćanske religije.

Prema podacima statistike objavljenih 2010. godine najviše u Americi ima konzervativnih protestanata, nakon čega slijede katolici i ostali protestanti.



Tablica 2 : <https://www.statista.com/statistics/245401/largest-us-christian-groupings-by-number-of-adherents/>

## 2.2 ŽIDOVSTVO

Židovstvo je jedna od najstarijih monoteističkih religija, koja se temelji na vjerovanju u jednog Boga i obuhvaća bogatu tradiciju, povijest, kulturu i pravne sustave. Razlog zašto kažemo da se radi o jednoj od najstarijih monoteističkih religija jest to što dok su Grci vjerovali u mnogoboštvo Židovi su vjerovali u jednog Boga, što je tada predstavljalo veliku razliku u odnosu na ostale civilizacije. Bog Židova nije posjedovao nijednu od osobina koje su, u većoj ili manjoj mjeri, karakterizirale bogove njihovih susjeda. Ovdje dolazimo do vrhunskog postignuća židovske misli—ne u samom monoteizmu, već u karakteru koji su pripisivali Bogu kojeg su intuitivno smatrali Jednim ( Smith, 1991, 276).

Bog u kojeg vjeruju Židovi se također može pronaći u starom zavjetu kršćanske Biblije, razlog tome je činjenica da je Isus Krist bio podrijetlom Židov, te su ga oni ujedno i razapeli zbog čega nastaje posebno religijsko usmjerenje kršćanstva. Otprilike 2000. godine pr. Kr., Bog drevnih Izraelaca prikazan je u Hebrejskoj Bibliji kao onaj koji je sklopio "savez" ili *b'rit* s Abrahamom. Četiri religijske tradicije vuku svoje korijene od Abrahama: judaizam, kršćanstvo, islam i Bahá'í vjera. Knjiga Postanka opisuje događaje vezane uz živote triju patrijarha, Abrahama, Izaka i Jakova—koji, zajedno s drugim likovima iz židovske predaje, možda nisu povezani s bilo kojom povijesnom stvarnošću. Mojsije je prikazan kao vođa drevnih Izraelaca. Biblija ga prikazuje kako vodi svoj narod iz zarobljeništva u Egiptu i kako prima od jedinog pravog Boga

objavu na brdu Sinaj o pet knjiga Tore—"Zakona." Priča se nastavlja s četiri desetljeća lutanja kroz pustinju, a potom Jošua vodi plemena u plodnu obećanu zemlju saveza, gdje Hebreji postaju brojna nacija (American Human Association, 2023).

Utemeljitelj Židovske religije jest Abraham koji se spominje u kršćanskoj Bibliji, zbog toga su Židovi i usvojili Stari zavjet kršćanske Biblije. Iako obje religije svoja temeljna načela povlače iz Biblije, u osnovi se ove dvije religije itekako razlikuju. Na primjer, kršćanima sveti dan predstavlja nedjelja, dok je Židovima to subota. Razlikuju se i po blagdanima, temeljnim uvjerenjima, hranu koju smiju ili ne smiju jesti. Tako da možemo reći da unatoč istim korijenima razvile su se u dvije potpuno različite religije, a ista im je vjera u jednoga Boga.

Židovstvo baš kao i kršćanstvo nije jedna cjelovita religija, podijeljena je na mnoštvo malih religija koje se ponajprije razlikuju po svojim političkim pravcima. Najpoznatiji religijski pravci židovstva su : ortodoksno židovstvo, konzervativno i reformirano. Svaki od njih se razlikuje po načinu prakticiranja židovskih rituala i načela.

U sljedećem poglavlju će se pojasniti temeljna načela Islama njihovih rituala, svete knjige i podijele. Kako bi se podrobnije mogla objasniti povezanost religije i prehrane.

## 2.3 ISLAM

Možemo početi s anomalijom. Od svih ne-zapadnih religija, islam je najbliži Zapadu— najbliži geografski, ali i ideološki; jer religijski pripada abrahamskoj obitelji religija, dok se filozofski temelji na Grcima. No, unatoč toj mentalnoj i prostornoj bliskosti, islam je najteža religija za razumijevanje Zapadu. "Nijedan dio svijeta," napisao je jedan američki kolumnist, "nije beznadno i sustavno i tvrdoglavo krivo shvaćen od strane nas kao taj kompleks religije, kulture i geografije poznat kao islam." (Smith, 1991,221). Islamska religija započinje Muhamedom kao Božjim glasnikom, kao što je u kršćanstvu to bio Isus, a u židovstvu Abraham. Islam ima potencijal da uzdigne muslimane kao najbolji i najuspješniji narod vjere, izvrsni u svim mjerilima uspjeha—duhovnom, pravnom, moralnom, političkom, društvenom, kulturnom, ekonomskom, financijskom, osobnom, psihološkom itd. Taj uspjeh je osmišljen kako bi donio najispunjenije zadovoljstvo srcu, umu i tijelu. Međutim, islam je alat, a korištenje alata ovisi o sposobnosti i stručnosti njegovog korisnika. Muslimani su ti korisnici i nisu uspjeli pravilno koristiti islam jer neki ne vjeruju u njega u potpunosti, neki ga ne razumiju ispravno, a neki ga ne uspijevaju provesti potpuno i ispravno ( Rahman, 2021, 4).

Islam je najkompleksnija religija koja zahtjeva najveću žrtvu njihovih korisnika zarad vjere, tako žene moraju nositi Hidžab, imaju stroga pravila oko toga što se smije, a što ne smije jesti. Odnosno njihov način života je u potpunosti određen religijom i Bogom. Kada imamo takvu

vrstu vodstva od strane religije, može doći do pre naglašavanja iste i odlaska u drugu krajnost. Zbog takvih okolnosti i imamo bombardiranja sebe samih ali i velikog broja nedužnih ljudi pod paravanom „za Allaha“. Što nije prvobitni plan i cilj religije, međutim njeno krivo tumačenje i razumijevanje može dovesti do opsjednutosti s Bogom.

Kada dođe do nerazumijevanja vlastite religije dolazi do zločinačkog djelovanja naspram svih onih koji nisu vođeni istim vrijednostima. Međutim to nije poruka koju Islam u svojoj srži želi prenijeti. Islam nosi poruku mira, ali ne na način na koji mnogi ljudi misle. Poruka mira u islamu je rezultat drugih pomoćnih poruka njegovih grana kao što su politička poruka islama koja je otpor protiv tiranije, progona i eksploatacije, pravna poruka islama koja je pravda i odvracanje, ekonomska poruka islama koja je jednakost i dobrobit, društvena poruka islama koja je moralnost i milosrđe, vojna poruka islama koja je obrana i borba za potlačene, i duhovna poruka islama koja je poniznost i milost. Islam je svakom čovjeku, bez obzira na njegovu vjeru i lojalnost Bogu, dao prava: pravo na život, pravo na pravdu, pravo na izdržavanje i sredstva za život, pravo na znanje, pravo na dobrobit i milosrđe, pravo na brak i obitelj, pravo na samoobranu protiv nepravde, pravo na imovinu, slobodu od odgovornosti i pravo na ograničenu vjersku slobodu (Rahman, 2021, 5).

Kako bi se religija od strane njenih pripadnika ispravno prakticirala važno je razumijevanje njihove svete knjige odnosno Kurana. Pridržavanje temeljnih zakona, življenja, udaje, tretiranja žena ali i samog načina prehrane koji je definiran strogim islamskim zakonom, a naziva se Halal prehrana je zapadnom svijetu „apsurdan“. Međutim, to je način života Islamske kulture koja se kao tradicija prakticira svugdje u svijetu. Istinski Muslimani prakticiraju svoju vjeru svakodnevno klanjanjem i življenjem iste. Ona je sastavni dio njihovog života, a odbijanje življenja prema Kuranu i Islamskim zakonima čini težak grijeh, te to udaljava pojedinca iz njegove društvene skupine.

Kur'an će biti predmet naučnih razmatranja samo onda kada budemo smatrali da je on plod kulture jednog naroda u njegovom povijesnom životu (Kaeminija prema Halilović, 2015, 114).

U sljedećem poglavlju će se povezati religijska povezanost sa načinom prehrane, s obzirom da svaka od navedenih religija ima vlastiti zakon prehrane, hranjenja i posti. Važno je razumjeti otkud datira ta povezanost i kako je ona važna za religijske korisnike.

### 3. RELIGIJSKA DIMENZIJA PREHRANE

Religijski odnos s hranom duboko je ukorijenjen u mnogim kulturama i često je ključan dio vjerskih praksi i vjerovanja. Ovaj odnos može uključivati pravila o tome što se smije ili ne smije jesti, načine pripreme hrane, specifične rituale povezane s hranom, kao i simbolička značenja određenih namirnica.

Čovjeku je, kao i svakom biološkom biću, hrana potrebna kako bi preživio. Hrana time postaje činitelj koji utječe na tijelo, um i duh. U tom je kontekstu, na način prehrane, snažan utjecaj dala religija. Često se, zbog toga, pripadnost određenoj religiji promatra kroz odnos prema hrani. Smatra se da hrana omogućava čovjeku da komunicira s Bogom kroz riječi zahvale ili traženja blagoslova, također da čovjek iskaže vjerovanje prihvaćanjem pravila vezanih uz prehranu ili učvrsti svoju vjeru postom. Pri tome se prehrambene restrikcije odnosno pravila vezana za prehranu mogu odnositi na: hranu koja se smije i ne smije jesti, zatim hranu koja se smije ili ne smije konzumirati u određeno doba dana ili godine, način pripreme hrane, te pravila kada, kako i koliko dugo postiti. Navedena ograničenja nalaze korijenje u zahtjevima očuvanja higijene i čistoće hrane još iz ranijih vremena kada se hrana kvarila, a nije bilo odgovarajućih metoda sprječavanja kvarenja hrane. Iako danas to nije slučaj, i dalje gotovo sve važnije religije imaju neke zabrane povezane s hranom ili postupkom njene pripreme. Najčešće se zabranjuje konzumacija one hrane za koju se smatra da šteti čovjekovom zdravlju i koja ima negativan utjecaj na stanje organizma, uma i duha. Većina religija uključuje post ili suzdržavanje od konzumacije određene vrste ili skupine namirnica. Post, pritom, može imati različitu svrhu: on može značiti jačanje samodiscipline, iskupljenje od grijeha, i razumijevanje za patnje siromašnih, a može imati i različito trajanje. Kako bilo, prehrambeni zakoni i pravila koja propisuju islam, hinduizam, judaizam i kršćanstvo bitan su dio identiteta pripadnika istih. Razumijevanjem njihovih potreba i želja, iskazuje se poštovanje prema njihovom načinu života, ali i prema njima samima (Stančić i Gaćina, 2016, 76).

Tako na primjer muslimani poste tijekom Ramazana, mjeseca za koji se vjeruje da je tada Bog predao proroku Muhamedu Kur'an, islamsku svetu knjigu. Tijekom Ramazana, muslimani poste od zore do zalaska sunca, a jedu i piju isključivo prije svitanja i nakon zalaska sunca. Pravoslavni Židovi i neki konzervativni Židovi slijede prehrambene zakone poznate kao košer dijeta, koja je dio njihove židovske svete knjige (Sibal, 2018, 4). Što se tiče kršćanstva situacija je slična, povezanost je uočljiva na razini posta, nemrsi i same Euharistije. Tako kršćani za vrijeme posta izbjegavaju određene namirnice, Post se najčešće prakticira za vrijeme adventa i korizme odnosno prije najvažnijih kršćanskih blagdana odnosno Uskrsa i Božića. Euharistiju

kršćani puno češće prakticiraju i to na svakoj svetoj misi, to je kršćanska Sveta pričest koja uključuje kruh i vino kao „tijelo i krv“ Isusa Krista.

Može se reći kako hrana predstavlja vrstu komunikacije između religije i njenih vjernika. Glavni razlog zašto se hrana gleda kao oblik komunikacije je taj što je izravno povezana s ritualom i kulturom, gdje je ritual definiran kao dobrovoljno izvođenje odgovarajuće usklađenog ponašanja kako bi se sudjelovalo u ozbiljnom životu. Hrana je u središtu svakog važnog događaja u našim životima, poput rođendana, vjenčanja, praznika i sprovoda. U ritualnim kontekstima, hrana često predstavlja izraze života, ljubavi, sreće ili tuge. To objašnjava odnos hrane i vjerskih rituala (Sibal, 2018,5).

S obzirom da religija predstavlja jedan od osnovnih elemenata kulture i kulturne pripadnosti može se reći kako je odnos između religije i hrane satkan u samoj tradiciji različitih vjerskih pripadnosti. Autori Illman i Dahla navode kako religija započinje samim jedenjem, jer utječe na ono što oni jedu i što izbjegavaju jesti u ovisnosti od same religijske pripadnosti. Činovi konzumacije hrane su dopušteni ili ograničeni religijom jer su isprepleteni s vrijednosnim sustavima i tradicijama. Kao takva, pravila o hrani su među bitnim oblicima tabua koji prožimaju i strukturiraju društva i kulture. Prehrambene prakse su tako često središnje za religijske radnje (čak i ako nisu dovoljno prepoznate kao takve) da mogu definirati "religiju" ali i činiti razlike među religijama (Dahla i Illman, 2015, 7).

S obzirom da su religijske prakse vrlo strogo definirane i treba ih se pridržavati, nikakav izuzetak tu nije hrana. Razlog zbog kojeg hrana predstavlja krucijalan aspekt za religiju jest što ona kao takva predstavlja komunikaciju čovjeka s Bogom, to je ujedno i njena simbolička dimenzija, nadalje omogućava vjernicima da prakticiraju svoju vjeru i svakodnevno je učvršćuju izborom onih namirnica koje su u skladu s njihovom vjerskom pripadnosti, hrana u religiji također doprinosi stvaranju identiteta i osjećaja pripadnosti određenoj društvenoj skupini ali ujedno i čini razlike među različitim religijskim skupinama (Fieldhouse,1998,120).

Kada se kaže kako hrana predstavlja vrstu komunikacije s Bogom ponajprije se misli na drevnu religijsku tradiciju gdje su se Bogovima prinisile žrtve kako bi se postigla određena vrsta blagostanja u društvu. S vremenom i evolucijom društva došlo je do postepenog nestajanja takve vrste žrtve, a ona se oblikovala u žrtvovanje s jedenjem odnosno hranom. Tako i nastaje općepoznati Post koji predstavlja temelj svake religije i svaka religija ga prakticira u određenom obliku. Tako se odricanje od određene hrane za Korizmu može smatrati žrtvom jednako kao i klanje koze ili biljnih darova na festivalima žetve. Žrtveni obroci omogućuju ljudima da se okupljaju kako bi jeli hranu koja je ponuđena bogovima i koju potom jedu u njihovoj prisutnosti. Tako oni služe funkciji stvaranja religijskih i svjetovnih veza. - Sami bogovi mogu

biti obrok. Baš kao što su drevne teorije korespondencije sugerirale da lovac koji pojede srce leoparda preuzima hrabrost zvijeri, simbolično jedenje boga omogućuje osobi da stekne božanske vrline ili barem duhovno se identificira s bogom (Fieldhouse, 1998, 121).

Post je vrlo česta praksa u vjerskim kalendarima. Postovi se provode u pripremi za važne vjerske događaje ili kao činovi pokore, sjećanja ili molitve. Post je način da se oslobodi duša od zaokupljenosti svjetovnim stvarima kako bi bila duhovno spremna za zajedništvo s Bogom. Često, opća populacija obdržava samo posebne dane posta. U nekim slučajevima, sveti muškarci i žene poste u ime opće populacije. (Fieldhouse, 1998, 122).

Vjerski prehrambeni običaji nastaju na tri glavna načina. Neki su propisani od Boga i opisani u svetim spisima, drugi su određeni od strane vjerskih ili političkih vođa, a treći nastaju prilagodbom ili preuzimanjem postojećih prehrambenih praksi u vjerske svrhe. Židovska Tora, muslimanski Kur'an i hinduistički Manuov zakonik svi sadrže specifične upute o prehrambenim praksama (Fieldhouse, 1998, 128). Što se tiče kršćanstva, prehrana nije toliko strogo definirana kao što je to u ostalim religijama, tako nema strogih restrikcija osim ako je riječ o postu.

Unatoč što je religija relativno statične forme i njeni običaji se teško mijenjaju s obzirom da je ukorijenjena u društvenim civilizacijama, te osnova po kojoj je satkana je riječ od Boga, onase također mora barem donekle prilagoditi suvremenom društvu. Upravo se zbog toga može reći kako su i vjerske prehrambene prakse podložne promjenama. Promjene se mogu dogoditi kao rezultat vjerskih reformi ili revizionizma, akulturacije, individualnih, obiteljskih ili zajedničkih prilagodbi. Poštivanje prehrambenih zakona ili smjernica varira između ali i unutarvjerskih skupina na nacionalnoj, regionalnoj, zajedničkoj, obiteljskoj ili individualnoj razini (Fieldhouse, 1998, 128).

Jednako kao što je važno razumijevanje religijske dimenzije prehrane, važno je i društvena dimenzija iste. Već primarnom socijalizacijom u obitelji djeca uče o svom odnosu sa hranom koji će se manifestirati i kroz njihove kasnije godine stoga je važno u sljedećem poglavlju obraditi i ovu ključnu dimenziju.

#### 4. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE

Hrana ima puno dublje značenje od samog zadovoljavanja gladi. Ona povezuje društvo na mikrorazini poput zajedničkog obroka obitelji ali i na makrorazini gdje postoje određene prehrane koje povezuju čitavo podneblje zajedno npr. Mediteranska prehrana. Zato je važno reći da način ljudske prehrane te izbor namirnica koje ljudi konzumiraju mijenjali su se i razvijali kroz stoljeća. Iako uglavnom ovisi o izboru pojedinca, obiteljskim navikama i društvu (zajednici), općenito se smatra da su na današnji način prehrane diljem svijeta utjecala dva osnovna čimbenika, iako ih je, dakako, mnogo više. Prije svega, to je dostupnost hrane odnosno određenih prehrambenih namirnica koja je ovisila oduvijek o podneblju ili klimatskoj zoni u kojem čovjek živi, a koja svojim karakteristikama omogućava uzgajanje ili život i opstanak određenih biljaka i životinja koje čovjek koristi da bi preživio. Drugi osnovni čimbenik koji je utjecao na način prehrane je civilizacijski pristup načinu pripremanja jela (Stančić i Gaćina, 2016, 74).

Promatrajući društvenu dimenziju hrane na mikrorazini ona utječe na stvaranje našeg identiteta ali i na našu pripadnost određenoj kulturnoj zajednici. Pojedinci koji poštuju kodificirana pravila prehrane javno pokazuju pripadnost grupi, a svaki dan si pružaju privatnu potvrdu identifikacije s grupom. Na taj se način osjećaj pripadnosti stalno jača (Fieldhouse, 1998, 131). Također, prehrana na mikrorazini ima važan utjecaj na provođenje obiteljskog vremena i zajedničkog jedenja, tako u nekim kulturama npr. U Islamu žene jedu odvojeno od muškaraca, dok u zapadnim kulturama prakticiraju se obiteljski ručkovi i obiteljska druženja gdje svi jedu za istim stolom. Međutim, unatoč kulturnim diferencijacijama hrana svugdje na svijetu igra važnu ulogu, iako njena važnost varira od kulture do kulture. U mnogim obiteljima aktivnosti i ceremonije usredotočene su na kuharske i prehrambene navike. Obitelj domaćin pokazuje svoje blagostanje ili društveni status pružanjem velike količine hrane. U drugim obiteljima na drugim mjestima, aktivnosti i proslave uključuju hranu, ali hrana nije nužno središte događaja. Tradicije vezane uz hranu uvelike se razlikuju diljem svijeta. Čak i među ljudima koji dijele sličnu kulturnu pozadinu i neke iste prehrambene navike, obrasci prehrane nisu identični. Nadalje, obitelji mijenjaju svoje svakodnevne rutine tijekom praznika, putovanja ili kada su prisutni gosti. Muškarci jedu drugačije od žena. Ljudi različitih dobnih skupina jedu drugačije. Međutim, u većini dijelova svijeta hrana je povezana s gostoljubivošću i izražavanjem prijateljstva. Stoga je osjetljivost na pravila i običaje vezane uz hranu važna za izgradnju i jačanje međukulturnih odnosa (Sibal, 2018, 6).

Hrana također može biti pokazatelj društvenog statusa određene obitelji, stoga se vrlo često hrana koja se nalazi na stolovima bogatih obitelji uvelike razlikuje od onih koji imaju manja



novčana sredstva. Tako na primjer kod više društvene klase uočiti ćemo kavijar, razne paštete od skupocjenih riba kao predjelo dok ćemo kod niže društvene klase vidjeti juhu, pršut, sir, salamu i sl. S druge strane, status može proizaći iz vremena i talenta uloženog u stvaranje složenih jela. Ovdje možemo razlikovati dobrog kuhara od dobrog domaćina, od kojih obojica privlače društvene pohvale i time stječu visok status. Osim što odražava status samog domaćina, hrana poslužena na večerama također može biti komentar na status gostiju. Dakle, za goste visokog statusa ulaže se više truda u pripremu složenih jela. Sama činjenica tko koga poziva na večeru može biti puna statusnih implikacija. Kada šef pozove podređene na večeru, društvene poruke su sasvim drugačije nego kada podređeni pozove šefa. U jednom trenutku ere podizanja svijesti bilo je gotovo nemoguće otvoriti popularni časopis, a da se ne vidi članak ili karikatura koja prikazuje nervoznu i izmorenu suprugu koja brine što poslužiti muževom šefu kako bi ostavila pravi dojam (Fieldhouse, 1998, 139).

Povijesno gledano, hrana je uvijek bila povezana s društvenim prestižem i statusom. Razlika između plemstva i seljaštva u srednjovjekovnoj Engleskoj bila je naglašena kontrastom u njihovom unosu hrane. Dok su se siromašni prehranjivali kruhom, sirom i drugim jednostavnim jelima, plemići i zemljoposjednici mogli su uživati u večerama koje su se sastojale od 20 ili 30 različitih jela, od kojih su mnoga sadržavala meso. Ove velike gozbe imale su sociopolitičku svrhu jer su simbolizirale moć koju su plemići imali nad običnim ljudima i nad opskrbom hranom (Fieldhouse, 1998, 139). Također, odnos prema hrani se uveliko razlikuje u odnosu kojoj društvenoj klasi pojedinac pripada pa će se razbacivanje hrane prije primijetiti kod viših klasa, dok će niže klase hranu spremati i pohranjivati za sljedeći put. Ponašanje vezano uz hranu tako je vodič za društvene odnose i društvenu strukturu. Bogata tapiserija društvenih značenja isprepliće se oko svakog događaja vezanog uz hranu u složenim nitima; usvajanje tih značenja počinje u djetinjstvu i tako postaju implicitni dio ponašanja i rutine odraslih, shvaćeni i izvedeni bez svjesnog razmišljanja ili napora (Fieldhouse, 1998, 137).

Upravo zbog učenja naših ponašanja i rituala vezano za hranu još od djetinjstva, postoje vlastite preferencije prema vrstama hrane, zbog čega i nastaju različite prehrane u svijetu. Prvenstveno zbog podneblja u kojem se pojedinac nalazi npr. Mediteranska prehrana, a zatim i zbog stila života i društvenog statusa kojem pripada. S obzirom da hrana ima ključan utjecaj na prilagodbu društvenoj grupi kojoj netko pripada, unatoč podrijetlu ili preferencijama uvijek će se pojedinac prilagoditi onoj društvenoj grupi kojoj želi pripadati i tako se u istu i asimilirati. Tako ako se uzme primjer tinejdžera u zapadnom svijetu on ima preferencije i sklonosti takozvanoj „nezdravoj hrani“. Za mnoge tinejdžere i adolescente vrlo je važno da, dok se odijevaju i ponašaju na načine koji naglašavaju njihovu ne identifikaciju s odraslim svijetom,

istovremeno pažljivo slijede očekivanja svojih vršnjaka. Ovo je jednako istinito i za ponašanje vezano uz hranu. Ako svi ostali piju kolu i jedu hamburgere, samo će odlučan tinejdžer izabrati mlijeko i salatu.

Hrana je često povezana s mjestima okupljanja; kafićima, pubovima, ribarnicama, restoranima brze hrane. U svakom od tih okruženja konzumira se odgovarajuća hrana ili piće sa svrhom druženja i socijalizacije (Fieldhouse, 1998, 138). Nezdrava hrana se konzumira u kontekstu društvenog iskustva koje uključuje glazbu, buku i društvo. U strukturiranom obroku kod kuće, gdje ti elementi nedostaju, tinejdžer osjeća da mu je društveno iskustvo uskraćeno. Izbor hrane u određenim situacijama upravljani je društvenim normama i samom primarnom socijalizacijom koje mogu ograničiti individualnu slobodu izbora. (Fieldhouse, 1998, 138). Tako se može reći kako djeca u tinejdžerskoj dobi stječu distinkciju između vlastitih prehrambenih navika i onoga što roditelji očekuju od njih. Zbog toga ključnu ulogu igraju upravo društvene norme i primarna socijalizacija djeteta.

Jedan od specifičnih načina na koje djeca uče što je prihvatljivo kao hrana jest kroz sustav nagrađivanja i kažnjavanja. Nagrade i kazne mogu biti eksplicitne ili implicitne i često su popraćene drugim mentorskim porukama. Dijete koje je bilo dobro nagrađuje se čokoladicom, dok se loše dijete šalje u svoju sobu i lišava večere. Koncepti dobrog i lošeg, koji se brzo povezuju s hranom kroz rana društvena iskustva, mogu dovesti do problema s hranjenjem koji često traju i u odrasloj dobi (Fieldhouse, 1998, 139). Upravo u zapadnom svijetu takva situacija se događa sve češće jer dolazi do prekomjerne popularizacije „nezdrave hrane“, a s druge strane od ljudi se očekuje mršavost, ljepota i zgodno tijelo. S čime se potiče nezdrav odnos s hranom s principom izgladivanja i prejedanja što se povezuje s raznim duševnim bolestima. Multikulturalizam koji je populariziran u današnjem društvu, sukladno globalizaciji koja je na snazi. Društvo poprima oblike jedno drugog, te se asimilacija događa gotovo na nesvjesnoj razini, a popularizacija te zapadne kulture ujednačava prehrambene navike društava diljem svijeta. Zbog toga je za ovaj rad ključna važnost religije i religijskih pripadnosti. Jer ona ostaje jedini aspekt koji sačinjava osnovne razlike među prehrambenim navikama.

Osim što prehrana ima važnu ulogu u društvenim odnosima, socijalizaciji i druženju. Ona ima i važnu simboličku vrijednost, zbog koje se direktno prenose poruke sukladno s onim što jedemo i omogućava prosudba ljudi zbog prehrane kojom se hranimo.

## 5. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE

Hrana se smatra nečim puno više od samog sredstva za preživljavanje, kako je definirano i u prethodnim odlomcima rada, hrana se smatra višedimenzionalnom, nečim što oblikuje nas, naše identitete, naše kulture i, na kraju, naše društvo. Važnost prehrane se očituje i u njenom simboličkom značenju baš kao što bijeli mantil označava liječnika, a uniforma policajca tako način prehrane ima simboličko značenje koje se očituje unutar različitih društvenih skupina (Sibal, 2018, 7).

Razlog zašto se hrana promatra kao simbol jest jer se simboli hrane koriste u svakodnevnom životu. Tako pizzu, mozzarelu ili rajčicu se direktno povezuje sa Italijom ili hamburger sa Amerikom. U svakodnevnom životu se koriste simbole hrane kako bi je povezali sa različitim državama, gradovima ili mjestima. Razlog tome je upravo činjenica da hrana igra jednu od temeljnih uloga prilikom izgradnje identiteta, kako pojedinačnih tako i onih kolektivnih odnosno društvenih (Sibal, 2018, 9).

Hrana ima simbolična značenja koja se temelje na povezivanju s drugim značajnim iskustvima. Primjer simboličnih značenja koja uključuju reference na hranu može se pronaći u mnogim uobičajenim izrazima. Kruh je dobar primjer simbolike prisutne u hrani. Kada ljudi zajedno s prijateljima sjednu za stol, kaže se da "lome kruh" jedni s drugima. Ovaj izraz simbolizira okruženje u kojem se prijatelji okupljaju na toploj, ugodnoj i veseloj večeri. Kruh je nazvan i "stupom života". Vrsta kruha koju osoba konzumira može ukazivati na društveni status. Na primjer, bijeli kruh su tradicionalno jeli pripadnici više klase (poznati i kao "gornja kora" – referenca na kruh), dok su tamni kruh konzumirali siromašni. U današnjem društvu, integralni kruh je izbor onih ljudi koji su više zabrinuti za svoje zdravlje nego za status (Sibal, 2018, 10). Ronald Barthes objašnjava da su prehrambene navike i kultura vrlo blisko povezane, što nam omogućuje praćenje i analizu značenja hrane. Barthes ističe kako kultura i društveni sloj utječu na ukus, te govori o hrani kao specifičnoj 'situaciji'. Na primjer, kava je više povezana s idejom pauze nego sa svojim fiziološkim učinkom, što potvrđuje njegovu tezu o utjecaju oglašavanja na percepciju hrane. Oglašavanje je postalo ključni dio kulture, zbog čega ljudi postali lojalniji brendu nego samoj hrani. Barthes tvrdi da hrana sama po sebi nosi poruku i raspravlja o međusobnom utjecaju hrane i kulture. Hrana kao roba vezana je uz industriju i potrošnju, dok je hrana kao kultura povezana s tradicijom i nostalgijom, naglašavajući estetiku, identitet i jedinstvenost (Sibal, 2018, 10).

Povezanost kulture i tradicije je utemeljena još od davnina, a svoju krucijalnu važnost igra upravo u religiji. Religija je povezana sa hranom na svim razinama, kako društvenoj tako i

simboličkoj. Sa sobom nosi skup temeljnih pravila, vrijednosti i normi koje se uče socijalizacijom i prakticiraju na različite načine u skladnosti sa religijskom pripadnosti.

Kako bi se tema konkretnije objasnila važno je razumjeti načine prehrane različitih religija, zbog toga se nadalje u radu raspetljava složenost povezanosti prehrane sa Kršćanstvom, Islamom i Židovstvom.

## 6. HRANA U KONTEKSTU KRŠĆANSTVA

Kršćanstvo se sastoji od tri glavne grupe: rimokatoličke, protestantske i istočne pravoslavne, uključujući brojne sekte i nekonformiste. Kratka molitva prije i nakon jela, koja uspostavlja izravnu povezanost između Boga i dobre hrane, uobičajena je među kršćanskim zajednicama. Osim toga, prehrambene restrikcije razlikuju se među grupama; gotovo da ne postoje u protestantskim i katoličkim crkvama, dok su prilično stroge u istočnokršćanskoj crkvi. Do 1966. godine, rimokatolicima je bilo obvezno suzdržavanje od mesa na petke (sada se to odnosi samo na petke tijekom korizme) u simboličnom sjećanju na Kristovu smrt. Povijesna posljedica izbjegavanja mesa na petke bila je redovita konzumacija masnoća i ribe. Petak je postao povezan s rimokatolicizmom, a neki kršćanski sektori namjerno su izbjegavali ove običaje kako ne bi bili identificirani kao katolici (Fieldhouse, 1998, 142).

Pitanje što kršćani jedu nije samo od povijesnog ili teološkog interesa. Ne bi trebalo zanimati samo one koji istražuju 'religiju i hranu' zbog iznenađujuće raznolikosti načina na koje kršćani proizvode i distribuiraju 'hostiju' ili zbrinjavaju ono što se ne potroši tijekom rituala. Euharistija je kršćanski obred u kojem vjernici konzumiraju kruh i vino kao tijelo i krv Isusa Krista. Taj obred se također naziva Gospodnja večera, misa ili Sveta pričest. Kroz povijest kršćanstva, Euharistija je imala različite nazive, ali je uvijek ostala centralna praksa koja ujedinjuje kršćane. Euharistija je ključna jer vjernicima omogućuje da se prisjećaju posljednje večere koju je Isus imao sa svojim učenicima prije svog uhićenja. Bez obzira na teološke razlike i interpretacije o prirodi kruha i vina u Euharistiji, ovaj obred ostaje temeljni čin zajedništva i duhovne povezanosti među kršćanima (Gallagher, 2009, 12).

Međutim razvojem društva dolazi do sukoba između kršćana oko Euharistije, upravo ti sukobi su bili temeljni za konstituiranje i izgradnju rane modernosti. U ranom modernom dobu zapadnoeuropski kršćani strukturirali su svoje zajednice oko suprotstavljenih razumijevanja Euharistije i drugih ritualnih pitanja. Jedno od tih pitanja bilo je 'zajedništvo svetih'. Rimokatolici su inzistirali da molitva za pokojnika je od krucijalne važnosti kako bi duša sigurno napustila zemlju (posebno u prisutnosti relikvija). Protestanti su proklamirali da nakon smrti ljudi ili ulaze u raj ili pakao i nije im potrebno spasenje. Ovo je bila nužna implikacija sukoba započetog uzdizanjem individualiziranog i internaliziranog pojma 'vjere' među protestantima. Kršćanska međuovisnost je bila promijenjena udaljavanjem kršćanskog božanstva od onoga što se tvrdilo da su (materijalni) znakovi, simboli i prikazi njegove (duhovne) prisutnosti. Kruh i vino koji su se materijalizirali u božansko tijelo i krv dok su katolički svećenici izgovarali biblijske i liturgijske fraze 'ovo je moje tijelo' i 'ovo je moja krv' postali su transformativni prikazi (bez da su sami bili materijalno transformirani) u

protestantskim obredima. Kršćanska materijalna i izvedbena kultura dramatično se promijenila, ponekad i nasilno. Kako se protestantizam diversificirao, tako su se diversificirali i načini objašnjavanja ili izražavanja odnosa između kruha i tijela. Naizgled jednostavna riječ 'je' postala opterećena sve složenijim značenjima. Ako svećenici više nisu mogli reći 'ovo [kruh] je moje tijelo' bez očekivanja da će biti shvaćeni u smislu složenih stvari o znakovima, simbolima i prikazima, svakodnevni govor je postao toliko problematičan i vodio je do ozbiljne zamršenosti. Stoga su se simboli počeli shvaćati doslovno, bez da se razumije njihova pouka (McGuire, 1992, 58).

Kada kršćani sudjeluju u sakramentu zajedničke gozbe, prisjećaju se te presudne noći i tih dubokih riječi koje još uvijek odjekuju kroz milenije: "Ovaj kruh je moje tijelo, za vas lomljeno, i ovaj kalež je moja krv, za vas prolivena. Ovo činite meni na spomen." Tako jedemo i prisjećamo se... i neka Bog sačuva da ikada dođe vrijeme kada neki od nas ne će plakati dok dijelimo tu zajedničku trpezu, baš kao što, molimo Boga, nijedna osoba ne bi trebala sjediti zatim stolom, a da povremeno ne bude među onima koji plaču. Euharistija je mjesto gdje se kršćani spajaju jedni s drugima u Bogu, kao u nijednom drugom činu i nijednoj drugoj praksi u ovom životu; i to spajanje je izvanredno u svojoj radosti i tuzi, u svojoj njezi i svojim troškovima. Budući da je sveta gozba toliko sveta i središnja, tisuće riječi su potrošene na nju. Nesumnjivo će tisuće drugih riječi također biti posvećene njoj (Gallagher, 2009, 12).

Govoreći o važnosti tih riječi, treba se razumjeti kako se te presvete riječi ponavljaju diljem svijeta, na svakodnevnoj razini spajajući tisuće i tisuće kršćana ujedinjujući ih na dubokim razinama jer dijele jednoga Boga. Euharistija se obavlja diljem svijeta u mnogim crkvama na različitim jezicima, ali u vrlo sličnom obliku. Euharistija je stoga, nužno, zajednička aktivnost. U tom smislu se razlikuje od svih drugih kršćanskih praksi. Euharistija je namijenjena zajedničkom obavljanju; mora se vršiti u zajednici. Dok se može moliti ili postiti samostalno, pa čak i ići na hodočašće sam, euharistija se ne može primati sama. Više od bilo koje druge prakse, euharistija nas prisiljava da budemo s drugima, da stojimo u krugu s njima, kleknemo pred oltarskom ogradom ili predajemo pladanj s groždem i kockicama kruha. Kao cilj euharistije je povezati čovjeka i Boga na dubljoj razini onoj spiritualnoj i izvanzemaljskoj, u ovom kontekstu se može uočiti kako hrana u kontekstu kršćanstva ima toliko važnu ulogu da na simboličkoj razini predstavlja „put u Božanski svijet“ (Gallagher, 2009, 24).

Euharistija nije jedina, iako je najvažnija, kršćanska tradicija koja koristi hranu kao simbol povezivanja sa religijom. Svaki kršćanski blagdan sa sobom nosi tradiciju i kulturu povezivanja kršćanstva sa hranom. Blagdani se smatraju obredima, zato se uvijek tradicijski povezuju sa religijom. Tako svaki blagdan sa sobom nosi neko okupljanje i društvenost, jer prije svega svrha

religioznosti i jest da bude utkana u društvo i prenosi se socijalizacijom. Ako blagdan sa sobom nosi okupljanja, samim tim će na tim okupljanjima biti i hrane. U kršćanskom blagdovanju nalazimo kršćanske elemente u dva dijela, prvom ,službenom, je prvenstveno prisjećanje i slavljenje Isusa Krista s obzirom da Isusov život, njegovo uskrsnuće i smrt Crkva shvaća kao svoj identitet. Zato se i potiče okupljanje i slavi Isus. U drugom, onom pučkom dijelu vjernici slave Isusa zajedništvom i druženjima u kontekstu kruga obitelji. Oba dijela su ključna kako bi u kršćanstvu određeni događaj bio blagdan. S obzirom, da u kršćanstvu se svi zajednički blagdani odnose upravo na Isusa postoje dva krucijalna i to su : Uskrs i Božić.

Uskrs je jedan od najvažnijih i najstarijih kršćanskih blagdana, koji slavi uskrsnuće Isusa Krista iz mrtvih, prema Novom zavjetu. Ovaj blagdan je središnji događaj kršćanske vjere i ima duboko duhovno značenje za milijarde vjernika diljem svijeta. Uskrs se temelji na vjerovanju da je Isus Krist, koji je razapet i umro na križu, trećeg dana nakon svoje smrti uskrsnuo iz mrtvih. Ovaj događaj je središnji u kršćanskoj teologiji jer simbolizira pobjedu života nad smrću i obećanje vječnog života.

S druge strane Božić je jedan od najvažnijih i najvoljenijih kršćanskih blagdana koji slavi rođenje Isusa Krista, spasitelja i središnje figure kršćanske vjere. Božić ima bogatu povijest, značajnu simboliku i raznovrsne običaje diljem svijeta. Božić označava dan kada se, prema kršćanskom vjerovanju, Božji Sin, Isus Krist, rodio u Betlehemu. Ovaj događaj predstavlja početak Božje intervencije u ljudskoj povijesti kroz dolazak Isusa kao Mesije i Spasitelja (Šagi, 1988, 129). Božić je prvenstveno kršćanski blagdan, u kojem se slavi rođenje Isusa Krista kao spasitelja kršćana i kao Sina Božjeg.

U suvremenom društvu, kako navode brojni autori, susrećemo se sa popularizacijom Božića na komercijalnoj razini neovisno o religijskoj pripadnosti, međutim Božić unatoč svojoj popularizaciji ne smije se promatrati bez religije (Deacy, 2016, 16). Nije da se Božić promatra bez religije međutim sekularni aspekti proslave Božića, poput darivanja, božićne večere i okupljanja obitelji, su zasjenili njegove religijske aspekte u uložnim resursima i posvećenoj pažnji. Kako jačaju sekularni aspekti Božića samim tim jača i uloga hrane kod njega, jer umjesto slavlja rođenja Isusa ono materijalno prevladava. U prošlosti je Božić imao sasvim drugačiju ulogu nego danas, ljudi su se okupljali, neovisno o siromaštvu ili bogatstvu, kako bi taj presveti blagdan bio ispunjen zajedništvom. Sada se koncept obrnuo pa je najvažnije tko će imati više novca za kupiti skuplje poklone ili prirediti bogatiji Božićni ručak (Deacy, 2016, 18). Takva komercijalizacija Božića se dogodila globalizacijom/amerikanizacijom i adventom koji je izgubio svoju bit.

Adventsko vrijeme je razdoblje pripreme za Božić u kršćanskoj tradiciji. Počinje četiri nedjelje prije Božića i traje do Badnjaka. Ovo vrijeme obilježeno je duhovnom pripremom, molitvama, postom i promišljanjem o dolasku Isusa Krista. Adventski vijenci s četiri svijeće, koje se pale svake nedjelje Adventa, simboliziraju svjetlo koje dolazi u svijet s Kristovim rođenjem. Odnosno drugim riječima adventsko vrijeme u svojoj osnovi jest i treba ostati vrijeme posvećeno Isusu Kristu, a ne ukrasima, borom bez Betlehema i prekomjernom konzumacijom hrane i pića kao sredstvo stvaranja kapitala. A upravo se to dogodilo u današnjem društvu sa Božićem. Malo je reći kako istinski kršćani nisu sretni sa ovom popularizacijom Božića i odmicanjem istinskih vrijednosti istog već gube želju za slavljem rođenja Isusa, kada znaju da je bit Božića ostala u prošlosti. Osim što Božiću prethodi Adventsko vrijeme i duhovna priprema za isti, prethodi mu i Badnjak.

Badnjak je dan pun simbolike, usmjeren na duhovnu pripravu i zajedništvo u iščekivanju radosti Božića. U kršćanstvu Badnjak se obilježava dan prije Isusovog rođenja, odnosno Božića. Na taj dan se vrše posljednje pripreme prije samog Božića, čišćenje kuće, ukrašavanje Božićnog drvca i Betlehema koji simbolizira Isusa Krista i njegovo rođenje. Osim što ima simboličku važnost Badnjak kršćanima predstavlja dan u kojem poste i izbjegavaju jesti meso kako bi iskazali svoju čast prema rođenju Isusa Krista. Badnja večer je vrijeme kada se obitelj okuplja na zajedničku večeru, često uz tradicionalna jela poput ribe, kruha, oraha i suhih smokava odnosno sve one laganije hrane kako bi odradili posljednju pripremu. Važno je razumjeti kako je krucijalna uloga Badnjaka za kršćane upravo post.

Post služi kao oblik pokore i pokajanja za grijeh. Kroz odricanje od hrane ili drugih užitaka, vjernici izražavaju skrušenost i poniznost, tražeći Božje oprostjenje i milost. Post se najviše prakticira netom prije nadolazećih blagdana kao što su Božić i Uskrs. Tijekom posta, kršćani se obično odriču bogate hrane i konzumiraju jednostavnije obroke jer se vjernici usmjeravaju na duhovne aspekte tih blagdana, odvajajući se od materijalnog i svjetovnog.. Hrana koja se koristi u postu može varirati ovisno o tradiciji, regiji i vrsti posta, no uobičajene namirnice uključuju: ribu, povrće, juhe, kruh, maslinovo ulje, mahunarke i tjesteninu. Na sami dan Božića priprema hrane i sama hrana koja se konzumira je sasvim drugačija od Badnjaka. Priprema se bogata i svečana hrana koja varira ovisno o regionalnim običajima i obiteljskim tradicijama najčešće se radi o : pečenom mesu, sarmama ali i kolačima i slasticama, kako bi se proslavio taj presveti dan i preko hrane odala počast rođenju Sina Božjeg. Sljedeći važni blagdan, koji je u kršćanstvu čak i krucijalniji od samog Božića jer predstavlja temelj kršćanske religije, jest Uskrs. Tu se slavi uskrsnuće Isusa Krista iz mrtvih, i to je događaj koji je središnji za kršćansku vjeru. Ovaj blagdan nosi duboku teološku, duhovnu i kulturnu važnost te je prožet bogatom



simbolikom, običajima i specifičnim jelima. Za kršćane, Uskrs predstavlja pobjedu života nad smrću i grijehom. Kristovo uskrsnuće je temelj kršćanske vjere jer potvrđuje Isusa kao Sina Božjega i donosi nadu u vječni život za sve vjernike. Kroz uskrsnuće, vjernici doživljavaju obnovu i novi početak, što se reflektira i u prirodi, s dolaskom proljeća i buđenjem života. Uskrsu prethodi korizma koja traje u razdoblju od 40 dana u kojoj se svaki kršćanin odaje počast Kristovom uskrsnuću.

Korizma podrazumijeva post, odnosno duhovnu pripremu i pokoru kako bi se poistovjetili sa Isusovom mukom na križu. Korizma započinje Pepelnicom i traje do Velikog petka, dana kada kršćani obilježavaju Kristovu muku i smrt na križu. Tijekom korizme, vjernici prakticiraju post, molitvu i djela milosrđa, nastojeći se duhovno obnoviti i pripremiti za Uskrs. Oni najradikalniji kršćani tokom korizme, poste svaki petak upravo jer je Isus po Bibliji razapet na Veliki Petak. Post im omogućava jačanje discipline jer se odricanjem od hrane ili drugih stvari, vjernici uče kontrolirati svoje želje i nagone, te se bolje usmjeravaju na duhovne vrijednosti ali im i omogućava da se osjete povezani s Bogom jer post produbljuje molitvu i vjernika povezuje s Bogom na dubljoj razini.

Posljednji tjedan korizme je ujedno i najvažniji za kršćane jer prezentira veliki tjedan (Kung, 1995, 940). Veliki tjedan je ključni period u kršćanskom liturgijskom kalendaru, obilježava završni dio korizme i najvažnije događaje u životu Isusa Krista. Počinje Cvjetnicom, koja slavi Isusov trijumfalni ulazak u Jeruzalem, kada su ga ljudi dočekali mašući palminim grančicama. Veliki četvrtak označava ustanovljenje Euharistije tijekom Posljednje večere, gdje je Isus ustanovio sakrament svete mise i dao učenicima primjer služenja pranjem njihovih nogu. Veliki petak je dan žalosti, kada se kršćani prisjećaju Kristove muke, raspeća i smrti na križu. Na ovaj dan crkve su često u crnom, a vjernici sudjeluju u obredima i križnim putem, razmatrajući Kristovu patnju. Velika subota je vrijeme iščekivanja, koje završava Uskrsnom liturgijom u noći, kada se pali uskrsna svijeća, simbol Kristova uskrsnuća, čime se obilježava kraj Velikog tjedna i početak Uskrsa. Ovaj tjedan je vrijeme duboke duhovne pripreme i refleksije, kao i izražavanja vjerničke nade u Kristovu pobjedu nad smrću (Kung, 1995, 960).

Religija i hrana osim što su povezane na temeljnoj razini, razumijevanje iste na onoj društvenoj je neophodno, kako bi se mogla razumjeti važnost društvenog aspekta religije, jer religija ne bi mogla postojati da nema društvene razine, odnosno vjernika.

## **6.1. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U KRŠĆANSTVU**

Društvena dimenzija prehrane je toliko snažna i važna, jer bez zajedništva ne bi postojala niti jedna religija na svijetu, pa tako ni kršćanstvo. Tako kršćani dijele iste vrijednosti koje ih vode

kroz život ista pravila, načine i funkcioniranje neovisno o geografskoj lokaciji. Religijske zajednice, tako i kršćani, su najbrojnije zajednice na svijetu. Stoga je temelj od kojeg se razumijevanje društvene dimenzije kršćanstva sastoji jesu vrijednosti.

Posebnost vrijednosti proizlazi iz činjenice da se smatra kako nastaju kao rezultat socijalizacije, da su pod utjecajem individualnog iskustva, kulturnih i društvenih čimbenika te značajno utječu na stavove i ponašanje na individualnoj razini. Specifičnost osobnih i društvenih dimenzija kršćanskih vrednota obuhvaća odnos s drugima. Razvoj pojedinca stoga se usmjerava na izgradnju moralne odgovornosti, koja zahtijeva posredovanje institucija i javnog prostora, gdje se međuljudski odnosi ukorjenjuju u širem kontekstu (Nikodem, 2004, 92). Osobne i društvene dimenzije kršćanskih vrijednosti ne mogu postojati bez religioznog iskustva kršćanskog tipa, i to ne implicira nikakvu kršćansku isključivost prema drugim religijama i svjetonazorima. Ovaj odnos značenja autentičnih vrijednosti religioznog iskustva, koji se ostvaruje kroz međuljudsku interakciju, oblikuje vlastito mišljenje, vrijednosti, običaji ponašanje, ali i značenja koja se pridaju tim vrijednostima. Autentične vrijednosti zapravo ne postoje izvan dodira i komunikacije među ljudima, koja je javna, a ne samo privatna stvar, zbog čega je javna interakcija ključna za razumijevanje vrijednosti (Nikodem, 2004, 92). Kršćanske vrijednosti se tako prenose u svim oblicima socijalizacije među kršćanima. Ponajprije u onoj primarnoj socijalizaciji gdje roditelji uče djecu o temeljnim vrijednostima u životu ali ujedno i onim temeljnim kršćanskim vrijednostima i pravilima po kojima svaki vjernik treba živjeti. S obzirom da se hrana povezuje sa svim religijama utemeljujući duhovnu povezanost sa Bogom, može se reći kako i ona sačinjava važan raspon vrijednosti za kršćane.

Hrana u kršćanstvu ne predstavlja samo biološku potrebu, već ima duboku društvenu i duhovnu dimenziju koja se odražava u ritualima, običajima i moralnim učenjima. Društvena dimenzija hrane u kršćanstvu uključuje kako vjernici koriste hranu kao sredstvo za izražavanje vjere, održavanje zajedništva i ispunjavanje etičkih obveza (Greeley, 2002, 114). Tako Euharistija, koja je navedena u prethodnom poglavlju kao temeljni aspekt kršćanstva, osim što povezuje elemente hrane i religije, ona ima svoju simboličku i društvenu dimenziju. Jedan od ključnih aspekata prehrane u kršćanstvu je Euharistija, poznata i kao sveta pričest, koja je centralni sakrament u mnogim kršćanskim denominacijama. Tijekom Euharistije, kruh i vino simboliziraju tijelo i krv Isusa Krista. Ovaj ritual ne samo da omogućuje vjernicima da se duhovno povežu s Kristom, već također služi kao sredstvo za izgradnju zajedništva među članovima crkvene zajednice. Kroz ovaj sakrament, hrana postaje simbolički izraz vjere, ljubavi i zajedništva, a obroci se često koriste kao prilike za okupljanje i zajedničko slavlje (Greeley, 2002, 116). Jedna od najvažnijih društvenih funkcija euharistije je njezina uloga u izgradnji

zajedništva među vjernicima. Tijekom euharistijskog slavlja, svi prisutni dijele isti obrok, koji je ključan jer označava prijelaz od ludosti prema mudrosti, od grijeha prema svetosti, od mržnje u ljubav, od zla u dobro. Dragocjenost vremena jest u tome da je ono darovani nam trenutak u kojem možemo ostvariti jedinstvo i zajedništvo s Kristom i među sobom. Ovaj zajednički čin transcendiranja individualnih granica doprinosi jačanju socijalnih veza i osjećaja pripadnosti unutar crkvene zajednice. Euharistija služi kao izraz i jačanje zajedničkog identiteta, pomažući vjernicima da se osjećaju povezani s jedni drugima i s cijelom kršćanskom zajednicom (Greeley, 2002, 117).

Euharistija također igra ključnu ulogu u promicanju socijalne pravde i solidarnosti. U kršćanskoj tradiciji, euharistijski obrok simbolizira Kristovu žrtvu i ljubav prema čovječanstvu. Ova simbolika nadahnjuje vjernike da prakticiraju ljubaznost, milosrđe i pravdu prema drugima. Mnoge crkvene zajednice koriste euharistiju kao poticaj za djelovanje u zajednici, poput organiziranja humanitarnih akcija, pružanja pomoći potrebnima i promicanja socijalnih inicijativa. U ovom kontekstu, euharistija služi ne samo kao duhovni obrok, već i kao poticaj za aktivnu društvenu odgovornost (Greeley, 2002, 117).

Društvena dimenzija euharistije nadmašuje samu liturgijsku praksu i duboko utječe na društvene odnose, kulturne običaje i ekumensku suradnju. Kroz zajedništvo koje euharistija promiče, vjernici se povezuju jedni s drugima i s Kristom, potičući socijalnu pravdu i solidarnost. Kulturne i povijesne varijacije euharistijskog slavlja obogaćuju kršćansku tradiciju i pružaju priliku za ekumensko razumijevanje i suradnju. Euharistija tako služi ne samo kao duhovni sakrament, već i kao značajan društveni fenomen koji oblikuje i obogaćuje kršćanske zajednice diljem svijeta (Greeley, 2002, 118).

Nadalje, društvena dimenzija prehrane se itekako očituje i u temeljnim kršćanskim blagdanima, Uskrsu i Božiću koji su također navedeni u prethodnom poglavlju. Drugi značajan aspekt društvene dimenzije hrane u kršćanstvu je post, posebno tijekom korizme – razdoblja od 40 dana prije Uskrsa. Tijekom korizme, kršćani prakticiraju post i uzdržavanje od određenih namirnica kao znak pokore, duhovnog pročišćenja i pripreme za proslavu Kristova uskrsnuća. Tradicionalno, rimokatolici se odriču mesa na petke, dok u nekim zajednicama post uključuje i suzdržavanje od mliječnih proizvoda i alkohola. Ove prakse nisu samo osobni činovi, već služe kao društveni običaji koji povezuju zajednicu u zajedničkom duhovnom putovanju i promiču osjećaj zajedništva i duhovne discipline (Greeley, 2002, 119). Osim za vrijeme posta prije Uskrsa i Božića društvena dimenzija prehrane u kršćanstvu se očituje i u proslavama Uskrsa i Božića. Gdje je okupljanje obitelji i zajedništvo sudjelovanje u obroku osnovan aspekt osjećaja zadovoljstva kod vjernika. Zajedničko hranjenje sačinjava bliskost i društveno utjelovljuje

Isusa i njegovu žrtvu za zajednicu vjernika. Stoga se konzumiranje hrane u kršćanstvu ali takoi u svakoj drugoj religiji ne može promatrati bez zajednice. Jer Isusova žrtva je ponajprije i bila namijenjena zajednici, odnosno kršćanima. Prehrambene norme i običaji u kršćanstvu također odražavaju kulturne i etičke norme koje su specifične za različite zajednice. Na primjer, u mnogim kršćanskim kulturama, obroci su važan dio obiteljskog života i društvenih okupljanja. Tradicionalni recepti i jela koja se pripremaju za vjerske praznike, poput Božića i Uskrsa, često imaju duboko značenje i simboliku, odražavajući kako vjerske prakse i lokalne tradicije oblikuju prehrambene običaje.

U nekim slučajevima, određeni prehrambeni običaji postaju simboli identiteta i pripadnosti unutar kršćanske zajednice. S porastom globalne svijesti o ekologiji i pravima životinja, mnogi kršćani postaju svjesni utjecaja svojih prehrambenih odluka na okoliš i društvo. Etička pitanja, poput prava životinja i održivosti, postaju važan dio rasprava o prehrani unutar kršćanskih zajednica. Neki kršćani odabiru vegetarijanske ili veganske prehrambene opcije kao način da žive u skladu s kršćanskim načelima milosrđa i odgovornosti prema stvorenjima. Ove promjene u prehrambenim navikama odražavaju širi etički okvir unutar kršćanske tradicije i doprinose razvoju održivijih prehrambenih praksi. Hrana također igra ključnu ulogu u jačanju zajedništva unutar kršćanske zajednice. Zajednički obroci nakon mise, proslave i feste služe kao prilike za okupljanje obitelji i prijatelja, te za izgradnju socijalnih veza unutar zajednice. Ovi obroci često služe kao sredstvo za izražavanje ljubavi, dijeljenje radosti i promicanje društvenog sklada, čime hrana postaje sredstvo za očuvanje i jačanje zajedništva među vjernicima (Greeley, 2002, 210).

Stoga će se u sljedećem dijelu rad osvrnuti ponajprije na onu simboličku dimenziju koja omogućava vjernicima da se povežu sa Bogom na najdubljoj razini, jer upravo to je ključ simboličke dimenzije.

## **6.2. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE U KRŠĆANSTVU**

Prehrana u kršćanstvu nosi snažnu simboličku dimenziju koja je integralni dio duhovnog života vjernika. Razumijevanje ove dimenzije omogućava dublje shvaćanje kršćanske vjere i njezinih praksi. U prethodnim odlomcima su se već naveli krucijalne važnosti svakog kršćanskog blagdana, posta i Euharistije, ali njihovo simboličko značenje je puno dublje nego sami čin.

Euharistija, ili Sveta pričest, je sakrament u kojem se kruh i vino pretvaraju u tijelo i krv Isusa Krista. Ovaj sakrament ima duboko duhovno značenje, jer predstavlja Isusovu žrtvu i zajedništvo vjernika s njim (Catechism of the Catholic Church, 1994). Prema Novom zavjetu,

Isus je tijekom Posljednje večere rekao: "Uzmite, jedite, ovo je moje tijelo" i "Pijte iz nje svi, jer ovo je krv moja, krv Saveza, koja se prolijeva za mnoge na otpuštenje grijeha" (Mt 26, 26-28). Ovaj čin ponavljaju vjernici kroz liturgiju, čime se osnažuje njihova duhovna veza s Kristom. Prema katoličkom nauku, Euharistija je "izvor i vrhunac kršćanskog života" (Catechism of the Catholic Church, 1994, 1324). Euharistija nije samo simboličan čin već sakrament u kojem kruh i vino postaju tijelo i krv Krista kroz proces pretvorbe. Ova doktrina tvrdi da se supstanca kruha i vina mijenja u tijelo i krv Kristovu, dok se njihove pojavne osobine (okus, miris, izgled) ne mijenjaju (McBrien, 2008). Euharistija se temelji na izvještajima o Posljednjoj večeri u sinoptičkim evanđeljima (Matej 26:26-29, Marko 14:22-25, Luka 22:19-20) i Prvoj poslanici Korinćanima (1 Kor 11:23-26). Isus Krist, tijekom Posljednje večere sa svojim učenicima, ustanovio je ovaj sakrament dajući im kruh i vino kao svoje tijelo i krv, rekavši: "Ovo činite meni na spomen". Ovaj čin, osim što simbolizira Isusovu žrtvu, također uspostavlja novi savez između Boga i ljudi (Hahn, 2000). Kruh i vino u Euharistiji nose bogatu simboliku. Kruh, osnovna hrana u mnogim kulturama, simbolizira život i održavanje. U kršćanskom kontekstu, on predstavlja Kristovo tijelo koje se žrtvuje za spasenje čovječanstva. Vino, s druge strane, simbolizira radost, proslavu, ali i Kristovu krv, prolivenu za otkupljenje grijeha. Zajedno, kruh i vino predstavljaju potpuni dar Krista vjernicima, omogućujući im da se sjedine s njim i međusobno (Mitchell, 2006). Euharistija je također čin zajedništva. Sudjelovanje u Euharistiji okuplja vjernike u jedno tijelo Kristovo, jačajući zajedništvo među njima. Ovaj sakrament naglašava važnost zajedništva i jedinstva crkve. Prema teologu Henriju de Lubacu, "Euharistija stvara Crkvu i Crkva stvara Euharistiju" (de Lubac, 1986). Ovo ukazuje na međusobnu povezanost sakramenta i zajednice vjernika. Jedan od ključnih aspekata Euharistije je anamneza, što znači "sjećanje" ili "spominjanje". U Euharistiji, vjernici se prisjećaju Kristove muke, smrti i uskrsnuća. Međutim, ovo sjećanje nije samo pasivno prisjećanje prošlih događaja, već je aktivna prisutnost Krista u sadašnjosti. Euharistija omogućuje vjernicima da sudjeluju u otajstvu spasenja koje se neprestano obnavlja (Johnson, 2016).

Nadalje, važnu simboliku nosi i Post. To je jedna od ključnih duhovnih praksi u kršćanstvu, duboko ukorijenjena u tradiciji i teologiji crkve. Ova praksa, koja podrazumijeva suzdržavanje od hrane i pića na određeno vrijeme, ima za cilj duhovno očišćenje, pokajanje i približavanje Bogu. Ovaj rad istražuje povijesne korijene, teološke osnove i simboličko značenje posta u kršćanstvu. Post ima dugu povijest u kršćanskoj tradiciji, s korijenima u judaizmu. U Starom zavjetu, post je bio praksa povezana s tugom, pokajanjem i traženjem Božje milosti (Joel 2:12-13; Jona 3:5-10). Isus Krist je također postio, a njegovo četrdesetodnevno suzdržavanje od

hrane u pustinji postalo je uzor za kršćanske postove (Matej 4:1-2). Post u kršćanstvu ima nekoliko ključnih teoloških dimenzija: prva jest da je post sredstvo pokajanja i očišćenja od grijeha. Suzdržavanje od hrane simbolizira odricanje od zemaljskih užitaka kako bi se usmjerila pažnja na duhovne potrebe i odnos s Bogom (Joel 2:12-13). Kroz post, vjernici prepoznaju svoju slabost i potrebu za Božjom milošću (Griffiths, 2018). Zatim slijedi da Post omogućuje vjernicima da se solidariziraju s Kristovom patnjom i žrtvom. Kroz odricanje od hrane, vjernici se prisjećaju Kristove muke i smrti te sudjeluju u njegovom otkupiteljskom djelu (Marko 2:18-20). I na posljetku Post je prilika za duhovnu obnovu i jačanje vjere. Suzdržavanje od hrane i pića pomaže vjernicima da se usredotoče na molitvu, meditaciju i čitanje Svetog pisma, čime se produbljuje njihov odnos s Bogom (Foster, 1998). Post u kršćanstvu može se prakticirati na različite načine, ovisno o tradiciji i denominaciji. U rimokatoličkoj crkvi, post je posebno značajan tijekom Korizme, četrdesetodnevno razdoblje pripreme za Uskrs. Vjernici se tada suzdržavaju od mesa na određene dane (osobito petkom) i prakticiraju druge oblike odricanja (Catechism of the Catholic Church, 1994, 1438). Pravoslavna crkva također pridaje veliku važnost postu, s brojnim postnim razdobljima tijekom godine, uključujući Veliki post, Božićni post, Petrovski post i Gospojinski post. Ova razdoblja posta obuhvaćaju strože propise, uključujući suzdržavanje od mesa, mliječnih proizvoda, jaja i ribe (Ware, 1997).

Drugim riječima, post je ključan element u svim religijama unutar kršćanstva, sa važnom simboličkom dimenzijom jer simbolizira odricanje od materijalnih stvari u korist duhovnih vrijednosti. Kroz post, vjernici se odriču prolaznih užitaka kako bi se usredotočili na vječne istine (Jones, 2015). Također, je i simbolički čin duhovnog očišćenja. Suzdržavanje od hrane predstavlja čišćenje tijela i duše, omogućujući vjernicima da se približe Bogu s čistim srcem (Mitchell, 2006). I to je čin žrtve koji podsjeća vjernike na Kristovu žrtvu na križu. Kroz odricanje, vjernici se sjedinjuju s Kristovom patnjom i sudjeluju u njegovom otkupiteljskom djelu (Hahn, 2000).

Blagdani i gozbe u kršćanstvu također nose simboličko značenje. Na primjer, Božić i Uskrs su popraćeni bogatim obrocima koji simboliziraju radost i zajedništvo vjernika. Ove gozbe su prilika za okupljanje obitelji i zajednice, jačanje veza među ljudima i proslavu Božjih blagoslova (Jones, 2015). Kršćanski blagdani i gozbe imaju svoje korijene u židovskim tradicijama i blagdanima. Isus Krist i njegovi učenici slavili su židovske blagdane poput Pashe, koja je kasnije preoblikovana u kršćansku proslavu Uskrsa (Exodus 12:1-28; Luka 22:7-20). Kroz povijest, Crkva je ustanovila različite blagdane i gozbe kako bi obilježila ključne događaje iz Kristova života, živote svetaca i važne vjerske trenutke. Gozbe koje se odvijaju za vrijeme najvažnijih kršćanskih blagdana imaju također važnu simboličku dimenziju koja se

prenosi hranom. Gozbe su prilika za okupljanje obitelji i zajednice, jačanje veza i promicanje zajedništva. U zajedničkom blagovanju, vjernici dijele radost i blagoslove, te osnažuju svoju međusobnu povezanost (Jones, 2015). Nadalje, one su trenutak zahvalnosti Bogu za darove života, hrane i zajedništva. Kroz molitve i blagoslove prije obroka, vjernici izražavaju svoju zahvalnost i priznaju Božju dobrotu (Mitchell, 2006). Tijekom trajanja tih gozbi kršćani se prisjećaju važnih događaja i osoba iz svoje vjerske povijesti. Na primjer, večere na Veliki četvrtak prisjećaju se Posljednje večere i ustanovljenja Euharistije, dok su obroci na Božić prilika za slavljenje Kristova rođenja (Johnson, 2016).

Bez ovih simboličkih značenja hrane religija se ne bi mogla promatrati. Upravo iz njihove duboke povezanosti na svim razinama duhovnog puta kršćanstva.

Kako se moglo uočiti iz prethodnog poglavlja povezanost hrane i religije nije samo čin, to je neizmjerljivo duboki odnos koji se očituje u svim dimenzijama, stoga je važno detaljno obraditi taj odnos i u ostalim važnim religijama. Stoga se u sljedećem poglavlju, rad usmjerava na razumijevanje hrane i religije u kontekstu Židovstva odnosno religije od koje je kršćanstvo i poteklo. S obzirom da je starija religija, samim tim sa sobom nosi i dublju simboliku ali i društvenu dimenziju.

## 7. HRANA U KONTEKSTU ŽIDOVSTVA

Židovstvo, kao jedna od najstarijih monoteističkih religija, ima duboke korijene u povijesti čovječanstva. Ono se temelji na vjerovanju u jednog Boga, kojeg Židovi nazivaju Jahve, te na učenjima i zakonima sadržanima u Tanahu, što je hebrejski naziv za Hebrejsku Bibliju. Tanah se sastoji od tri dijela: Tore (Petoknjižje), Nevi'ima (Proroci) i Ketuvima (Spisi) (Neusner, 2004). Jedan od ključnih aspekata židovske religije jest Tora, koja sadrži osnovne zakone i učenja koja reguliraju vjerski i društveni život Židova. Tora uključuje narative o stvaranju svijeta, povijesti izraelskog naroda te zakone koji obuhvaćaju moralne, obredne i pravne norme (Levine, 2003). Tora se čita u sinagogama tijekom cijele godine, a njeno proučavanje i tumačenje ključni su za razumijevanje i prakticiranje židovske vjere. U židovskoj tradiciji, usmena predaja također igra značajnu ulogu. Talmud, koji je zbirka rabinskih komentara i rasprava o Tori, sastoji se od dva dijela: Mišne i Gemare. Mišna predstavlja prvi pisani sažetak židovske usmene tradicije, dok Gemara pruža detaljna tumačenja i analize Mišne (Goldberg, 1996). Ova dva dijela zajedno čine Talmud, koji je ključan za razumijevanje židovskog zakonai etike. Židovstvo također obiluje bogatim kalendarom blagdana i običaja, koji odražavaju povijesne događaje, sezonske promjene i teološka uvjerenja.

Na primjer, Pesah (Pasha) obilježava oslobođenje Izraelaca iz egipatskog ropstva, dok Jom Kipur (Dan pomirenja) predstavlja najsvetiji dan u židovskom kalendaru, posvećen pokajanju i molitvi (Sarna, 1989).

Osim religijskih aspekata, židovska kultura i tradicija imaju snažan utjecaj na književnost, umjetnost, filozofiju i znanost. Povijesno gledano, Židovi su često bili u središtu intelektualnih i kulturnih pokreta, unatoč progonima i raseljavanjima koja su često obilježavala njihovu povijest (Johnson, 1987). Židovska prehrambena tradicija temelji se na strogim pravilima poznatim kao košer pravila, koja reguliraju što Židovi smiju jesti i kako se ta hrana priprema. Ova pravila imaju duboke korijene u religijskim tekstovima i tradicijama, a služe ne samo kao način očuvanja vjerskih običaja već i kao sredstvo jačanja zajednice i identiteta. Košer se temelji na zakonima iz Tore, posebice u knjigama Levitskog i Ponovljenog zakona. Zakone o kašrutu Bog je zapovjedio Izraelcima u pustinji Sinaj. Mojsije je narod podučio tim zakonima i osnovne propise zapisao u Levitskom zakoniku, 11. poglavlju, i u Ponovljenom zakonu, 14. poglavlju. Detalji i specifičnosti prenošeni su kroz generacije usmenom predajom dok nisu zapisani u Mišni i Talmudu. Različite uredbe dodavali su rabinski autoriteti tijekom vremena kao "zaštitne mjere" za očuvanje biblijskih zakona. Tijekom 4000 godina povijesti, pridržavanje Košera bilo je simbol židovskog identiteta. Možda više od bilo koje druge micve, zakoni kašruta naglašavaju da je židovstvo mnogo više od "religije" u konvencionalnom smislu



riječi. Za Židova, svetost nije ograničena na sveta mjesta i vremena; naprotiv, cijeli život je sveto nastojanje. Čak i naizgled svjetovna aktivnost poput jedenja predstavlja božanski čin i jedinstveno židovsko iskustvo. Ovi zakoni određuju koje su životinje čiste (košer) i mogu se jesti, a koje nisu (nekošer). Na primjer, sisavci moraju imati podvojene papke i preživati, dok su određene ptice i ribe dozvoljene samo ako imaju peraje i ljuske (Leviticus 11; Deuteronomy 14) (De Lange, 2000).

Pored odabira životinja, košer također regulira način na koji se životinje kolju. Shechita je ritualno klanje koje zahtijeva brzo i humano ubijanje životinje, kako bi se minimalizirala patnja. Ova praksa osigurava da je krv potpuno iscurila iz tijela životinje, jer je konzumacija krvi strogo zabranjena (Klein, 1979). Još jedan ključni aspekt košera je zabrana miješanja mliječnih proizvoda s mesom. Ova praksa temelji se na biblijskom nalogu "Ne kuhaj kozle u mlijeku majke njegove" (Exodus 23:19). U skladu s tim, Židovi imaju odvojeno posuđe, pribor za jelo i čak kuhinjske prostore za mliječne i mesne proizvode, kako bi osigurali da ne dođe do kontaminacije (Solomon, 1998).

Blagdani i posebne prigode također igraju važnu ulogu u židovskom prehranbenom životu. Na primjer, tijekom Pesaha (Pasha), zabranjeno je jesti hranu koja sadrži kvasac (hametz), što simbolizira žurbu Izraelaca prilikom izlaska iz Egipta kada nisu imali vremena da im kruh uskvasne. Umjesto toga, jedu se beskvasni kruh (matza) i posebni obroci koji imaju simboličko značenje (Sarna, 1989). Židovske prehrabene tradicije ne samo da odražavaju vjerske zapovijedi, već također služe kao sredstvo očuvanja kulturnog identiteta i zajedništva. Pridržavanje košera može biti izazovno, posebno u modernom društvu, ali mnogi Židovi smatraju da im to pruža osjećaj povezanosti s njihovom povijesti i vjerom (Heilman, 2001). Hrana je košer, ili prikladna, ako je pripremljena u skladu sa zakonima židovske religije. Svaka namirnica koja nosi ovu oznaku mora imati certifikat, tj. tvornica u kojoj je proizvedena mora biti pod stalnim nadzorom rabina. Važno je da namirnice budu maksimalno čiste i dobivene prirodnim putem. Neprikladna hrana se smatra nečistom. Da bi namirnice životinjskog podrijetla bile košer, životinja mora biti preživač, što znači da mora žvakati hranu i imati razdvojene papke. Primjerice, svinja ima razdvojene papke, ali nije preživač, pa nije dozvoljena. Perad, kao što su kokoši, patke, purice i guske, potencijalno su košer jer imaju kandže i dvostruko ovijen želudac, ali to ovisi o načinu na koji su ubijene. Ptice koje nisu domaće životinje nisu prikladne. Životinje koje su umrle prirodnom smrću također nisu dozvoljene. Životinja mora biti ubijena na najbrži i najbezbolniji način kako ne bi bila svjesnada umire. Židovi ne smiju jesti namirnice koje sadrže krv, jer je krv sinonim života. Nakon što je životinja pravilno usmrćena, meso se stavlja u zasoljenu hladnu vodu kako bi se uklonili

ostaci krvi. Jaja i mlijeko su prikladna hrana ako potječu od košer životinja. Jaja koja sadrže i najmanju količinu krvi nisu dozvoljena. Meso, mlijeko i njihovi proizvodi ne smiju se jesti, kuhati ili obrađivati zajedno. Stoga u židovskim kućama često postoje dvije kuhinje, dvije garniture posuđa i dvije vrste kuhinjskih krpa. Voće i povrće se smatraju "neutralnom" hranom i smiju se konzumirati s mliječnim ili mesnim obrocima. Dopuštena je konzumacija samo onih riba koje imaju peraje i ljuske, dok su školjke, rakovi, škampi i mekušci zabranjeni. Riba se može jesti uz mliječne proizvode. Vremenski razmak između konzumacije mlijeka i mesa, ovisno o običajima, traje od jednog do šest sati. Prerađena hrana i gotova jela moraju imati košer oznaku. Voće, povrće, šećer, brašno, prirodni voćni sokovi (osim soka od grožđa), kava, čaj i drugi čisti proizvodi ne moraju imati tu oznaku.

U religioznim kućanstvima, obroci započinju riječima zahvale, a završavaju molitvom. Tijekom godine šest dana je posvećeno postu, kada je zabranjeno jesti i piti. Post može započeti od zalaska sunca prethodnog dana ili u zoru, no uvijek traje do zalaska sunca (Alebić, Vranešić, 2007).

Židovski post je važan aspekt vjerskog života i prakticira se u različitim prigodama, uključujući Yom Kippur, najvažniji dan u židovskom kalendaru, kao i druge značajne datume kao što su Tisha B'Av i dani javne nesreće ili pokajanja. Yom Kippur, Dan pomirenja, uključuje 25-satni post koji obuhvaća potpunu apstinenciju od hrane i pića, te je fokusiran na molitvu, pokajanje i duhovnu introspekciju (Donin, 1991). Postovi su utemeljeni na biblijskim propisima i rabinskoj tradiciji, te imaju za cilj pročišćenje tijela i duha, izražavanje tuge ili žalosti, te poticanje na moralno i duhovno poboljšanje. Osim Yom Kippura, Tisha B'Av obilježava se postom koji traje od sumraka do sumraka, a spomen je na razaranje Prvog i Drugog hrama u Jeruzalemu (Scherman, 1984). Post također ima zdravstvene aspekte. Neka istraživanja sugeriraju da povremeni post može imati pozitivne učinke na metabolizam i opće zdravlje, iako su ovi aspekti postanja sekundarni u odnosu na njegovu duhovnu i religijsku važnost (Mattson et al., 2017).

Yom Kippur, poznat i kao Dan pomirenja, najvažniji je i najsvetiji dan u židovskom kalendaru. Prema Torinskim propisima, Yom Kippur pada desetog dana mjeseca Tishrei i označava završetak deset dana pokajanja koji počinju s Rosh Hashanom, novom godinom (Levin, 2000). Tijekom Yom Kippura, Židovi se upuštaju u intenzivne duhovne aktivnosti uključujući post, molitvu i pokajanje kako bi se povezali s Bogom. Post traje od zalaska sunca na dan prethodni do zalaska sunca na dan Yom Kippura i uključuje potpuno suzdržavanje od hrane i pića (Donin, 1991). Pored toga, post se može proširiti na druge oblike uzdržavanja, poput zabrane korištenja kože i kožnih proizvoda te seksualnih odnosa. Glavni elementi obreda uključuju posebne

molitve koje se nazivaju "Viduj" (ispovijedanje grijeha) i "Kol Nidre", posebna molitva koja se izgovara na početku Yom Kippura i simbolizira oprost od zakletvi i obveza koje nisu ispunjene (Schechter, 2001). Tradicionalni rituali uključuju i simboličko ispravljanje odnosa s drugima i s Bogom, pri čemu vjernici traže oprost za svoje grijeha i krivnje. Yom Kippur se smatra danom duhovne obnovi i introspekcije, kada se vjernici posvećuju refleksiji i poboljšanju vlastitih ponašanja i odnosa prema drugima. Istraživanja su pokazala da su duhovne i emocionalne koristi od sudjelovanja u ovom postu značajne, uključujući povećanje osjećaja zajedništva i duhovnog zadovoljstva (Witkin & Berg, 2009).

Tisha B'Av, poznat i kao deveti dan mjeseca Av, je jedan od najvažnijih i najtužnijih dana u židovskom kalendaru. Ovaj dan obilježava brojne katastrofe koje su se dogodile Židovima kroz povijest, uključujući razaranje Prvog i Drugog hrama u Jeruzalemu. Prema rabinskoj tradiciji, Prvi hram, koji je izgradila kraljica Solomon, uništen je 586. godine prije Krista od strane Babilonaca, dok je Drugi hram uništen 70. godine nakon Krista od strane Rimljana (Levin, 2000). Tisha B'Av je dan posta i žalosti, koji se provodi u znak sjećanja na ove tragedije i druge povijesne nesreće koje su zadesile židovski narod. Post traje od zalaska sunca na dan prethodni do noći Tisha B'Av i uključuje suzdržavanje od hrane i pića, kao i drugih užitaka poput kupanja i nošenja kožnih obuća (Schechter, 2001). U sinagogama se tijekom ovog dana čitaju odlomci iz Knjige tužaljki (Eicha) i drugih tekstova koji izražavaju tugu i žalost za razaranjem hrama. Osim što se sjećaju povijesnih tragedija, Židovi koriste Tisha B'Av kao dan introspekcije i duhovnog promišljanja. Tradicionalne molitve i rituali naglašavaju važnost pokajanja i duhovneobnove, te služe kao podsjetnik na potrebu za moralnim i duhovnim poboljšanjem (Levin, 2000). Istraživanja sugeriraju da Tisha B'Av, kao dan kolektivne žalosti, može imati značajan utjecaj na zajednički identitet i duhovnu povezanost unutar židovske zajednice, te pruža prostor za refleksiju o prošlim traumama i njihovu ulogu u oblikovanju identiteta i zajedništva (Witkin & Berg, 2009).

Za razliku od kršćana, židovstvo ima mnogo veći broj blagdana koji se svetkuju, jer je i sama religija puno starija nego kršćanstvo.

Kao što je u prethodnom dijelu rada navedeno, košer prehrana je ključ po kojem se vjernici židovstva vode stoga je od krucijalne važnosti detaljnije razumijevanje Košera i njegovih temeljnih pravila koji se poštuju, kako tokom blagdana tako i na svakodnevnoj bazi.

## **7.1. KOŠER**

U židovskoj misli, duh i tijelo nisu suprotstavljeni. Umjesto toga, tjelesno zdravlje i intelektualno-duhovno zdravlje tvore jedinstvo. Sposobnost za dobro i zlo inherentna je svim

ljudima, koji svakodnevno moraju odlučivati o odabiru ispravnog puta. U prvoj knjizi Mojsijevoj postoji stalna potraga za mirom putem ravnoteže. Društvena dinamika između prvog para braće, Kaina i Abela, pa sve do Josipa i njegove braće, predstavlja priču o transformaciji muškog nasilja u moralnu snagu i uravnotežene odnose. Kroz pravedno djelovanje, čovječanstvo postaje povezano s ostalim stvorenjima, što je idealna vizija opisana u Edenskom vrtu, koji služi kao nacrt za budući Mesijanski svijet (Williger,2019, 266).

Židovski prehrambeni zakoni, kašrut, usmjeravaju pravednu pripremu i prezentaciju hrane prema metafizičkom. Židove povezuje njihovo povjerenje u istinu Tore i njezine talmudske interpretacije. Oni dragovoljno poštuju ove zapovijedi, iz uvida, u poniznosti i zahvalnosti. Kašrut je jedan od stupova Tore, Talmuda i židovskog učenja. Služi održavanju čistoće i ravnoteže tijela i duha. Kašrut se posvećuje gotovo beskonačnim detaljima praktičnih uputa za pravilnu pripremu hrane i definira preduvjete i načine kontaminacije. Pravila kašruta povezana su s raznim zapovijedima i zabranama koje služe različitim ciljevima, od pravedne pripreme hrane do pravilnog obilježavanja godišnjeg ciklusa vjerskih blagdana, od održivog korištenja prirodnih resursa do praksi gostoljubivosti i milosrđa (Williger,2019, 267). Kašrut je ugrađen u cijeli židovski sustav morala i zakona, Halakhu. Halakha, "put", sastoji se od 613 zapovijedi, od kojih su 248 pozitivne zapovijedi, a 365 su negativne zabrane. Neke od tih zapovijedi odnose se na službu u Hramu i izgubile su svoju relevantnost uništenjem Hrama prije oko 2000 godina. Sve ostale ostaju na snazi bez razlike.

Općenito, Halakha usmjerava ponašanje na temelju dva načela: izbjegavanja patnje i održavanja pravilne ravnoteže. Židovi su poučeni da se ponašaju pravedno, svaki dan, cijeloga života. Nema potrebe za racionalnim opravdanjima. Racionalna objašnjenja se ne smatraju potrebnima ili teološki poželjnima, iako se ponekad traže i daju. Ali svatko tko bezuvjetno slijedi otkrivene zapovijedi, hoda s Bogom (Williger,2019, 267). Kršenja Božjih zapovijedi predstavljaju grijeh protiv Boga. Međutim, ljudi su nesavršeni i svi čine pogreške. Prihvatanje vlastite grešnosti je početak pročišćenja, rasta i zrelosti. Svatko je pozvan na uvid, pokoru i iskupljenje, i nitko ne bi trebao biti napušten u procesu pročišćenja svoje krivnje. Na Yom Kippur, dan posta i pomirenja, cijela zajednica ispovijeda svaki zamislivi grijeh i traži milost za sve njih zajedno. Svatko tko se pokaje i obveže na promjenu može se nadati pomirenju i dugovječnosti. Rabini Talmuda i današnji Židovi stalno raspravljaju o pravnim, praktičnim, društvenim i moralnim pitanjima u potrazi za kompromisom i ispravnim putem. Slažu se da nijedno stajalište nikada ne može tvrditi da je jedina i jedinstvena istina.

Pravila kašruta usmjeravaju pravilno ponašanje prema živim životinjama općenito, a posebno prema procesu pripreme hrane od životinja. Dobrobit životinja igra središnju ulogu i nadmašuje

ljudsku upotrebu. Talmud tvrdi: "Ako životinje pate, ljudima nikada ne može biti dobro" (jBaba Mezia 85a prema Williger, 2019, 268). Ljudima je izričito zabranjeno mučiti životinje i zaduženi su za etičko postupanje prema njima. Životinje imaju pravo živjeti u vrstno raznolikim okruženjima, temeljeno na Postanku: "Plodite se i množite u svim vrstama" (Post 1,25 prema Williger, 2019, 268). Sve vrste, uključujući i čovječanstvo, dio su božanskog stvaranja. Ne postoji živo biće koje je inherentno čisto ili nečisto. Ne može biti hijerarhije ili vrijednosnih sudova među stvorenjima (Williger, 2019, 269).

Stoga pravila kašruta imaju za cilj spriječiti ljudsko onečišćenje kontroliranjem procesa od odabira do konzumacije. Životinja mora biti odabrana i proglašena čistom za kasniju konzumaciju, mora biti zaklana, izrezana, narezana, pripremljena i donesena na stol kao mesno jelo, a u svakoj fazi ovog procesa nešto može poći po zlu i učiniti je nečistom, a u tom slučaju mora biti odbačena i isključena iz daljnje pripreme.

Ovaj proces se dijeli na četiri faze: Prvi korak je odabir čistih vrsta životinja od svih životinjskih vrsta. Drugi korak se odnosi na primjenu pravila kašruta za klanje (žrtvovanje) životinje odabrane iz čiste vrste. Treći korak uključuje izbor dijelova tijela ubijene životinje koji se kvalificiraju kao čisti za daljnju pripremu. Četvrti korak regulira odvajanje mesa i mlijeka, koji moraju biti odvojeni u svim fazama pripreme i konzumacije obroka. U svakoj od ove četiri faze postoje povratni mehanizmi koji kontroliraju proces i određuju sljedeći korak do konačne odluke da obrok zadovoljava uvjete košer prehrane (Williger, 2019, 269).

Većina kašrut pravila odnosi se na kopnene životinje i perad, a posebno na stado koje se može pripitomiti, uzgajati i držati u blizini ljudskih naselja. Njihova kontrolirana reprodukcija u zatočeništvu pod dobrim uvjetima jamči održivu veličinu stada koja pruža kontinuiranu opskrbu životinjama za transport i rad na polju, kao i vunu, mlijeko, jaja i meso te kože i rogove za vlasnike stoke. Međutim, u vezi s konzumacijom mesa, Tora postavlja ograničenja koja štite domaće životinje od neograničene upotrebe, nalažući da se prema njima treba postupati kao da su slobodne i divlje životinje koje se mogu uhvatiti samo s poteškoćama (Pnz 12:20-22 prema Williger, 2019, 269). Kašrut ima za cilj zaštititi život životinja ograničavanjem ljudskih želja i umjerenom konzumacijom mesa. Takve granice služe kao pročišćavajuća disciplina za stvaranje moralne zrelosti. U Bibliji nema zapovijedi koja zahtijeva konzumaciju mesa. Naprotiv, idealan oblik prehrane je veganstvo, kako je opisano u izvještaju o stvaranju (Post 1:29 prema Williger, 2019, 270). Prema tom idealu, Halaha pomaže nesavršenim ljudima da koračaju putem umjerenosti.

Nijedna grabežljiva životinja ne spada među čiste vrste. Razlog zbog kojeg su grabežljivci nečisti jest činjenica da se grabežljivci hrane na krvav način, a to su htjeli izbjeći kako se ne bi

prenijelo na ljude. Svinje su također pošteđene. Jedno objašnjenje za to je da su Izraelci htjeli politički i kulturno odvojiti se od Kanaanaca i Egipćana, koji su jeli svinjetinu. Osim toga, svinje ne mogu pasti na pašnjacima i natječu se s ljudima za hranu. S druge strane, sve su zabrane podređene principu spašavanja života (pikuach nefesh). Magarci, kao vrijedne radne životinje, nisu se jeli. Jedno moguće objašnjenje je da magarci rađaju malo mladunčadi i bili su vrlo rijetki i potrebni za očuvanje. Kamilsko meso također se nije konzumiralo, vjerojatno zbog same nemogućnosti nježnog klanja velikih životinja. A obzirno klanje je nužan uvjet. (Williger,2019, 270).

Ritualno klanje također specificira kvalitete određene životinje koja se odabire za klanje kroz stručni pregled njezine prikladnosti. Bilo koji vanjski vidljivi ili opipljivi fizički nedostatak ili oštećenje, kao što su stare ili otvorene ozljede, diskvalificiralo bi životinju za klanje. Ozlijeđena životinja nije se mogla zaklati. To diskvalificira lov. Lov ne omogućava pažljivo isključivanje životinja s manama niti sprječava njihovo patnju u procesu ubijanja (Williger,2019, 271).

Prema zakonima kašruta, životinja mora biti ubijena nježno i njezina krv mora biti potpuno isprana. Dobro obučeni Šochet ubija životinju jednim oštrim, dubokim rezom koji prolazi kroz sve dijelove njezina vrata prema specifičnim hrskavicama kralježnice. Životinje ne pokazuju reakciju na bol pri tim rezovima i postaju klinički mrtve u nekoliko sekundi. Nakon toga slijedi temeljiti pregled trupova. Ako je sve prošlo u redu i trup ne pokazuje oštećenja, dijelovi tijela koji se smatraju nečistima, poput unutarnjih organa, mozga i živaca, moraju biti odvojeni (Williger,2019, 273). Sljedeći korak uključuje obradu dijelova mesa u košer kuhinji. Prije kuhanja, meso se mora potpuno očistiti od krvi. Najvažnije je da se meso strogo drži odvojeno od mliječnih proizvoda tijekom skladištenja, pripreme i posluživanja. Razdvajanje mlijeka i mesa potječe iz Tore: "Nećeš kuhati janje u mlijeku njegove majke" (Izl 23:19 prema Williger,2019, 273). Kuhinjski pribor i posuđe za mliječne i mesne proizvode moraju biti odvojeni i često su označeni bojom, tako da se plavi ručnici koriste za mliječne proizvode, a crveni za meso. Iako nekoliko vrsta posuđa više nije nužno, tradicionalne obitelji održavaju odvojene setove za meso i mliječne proizvode (Williger,2019, 273).

Međutim, u modernom društvu sve se više kritizira židovski pojam čistoće navodeći kako konzumiranje isključivo određenih vrsta životinja će eventualno dovesti do njihovog izumiranja. Čistoća i nečistoća su ambivalentni konstrukt koji može biti štetan ili koristan. Potpuna čistoća znači smrt, dok život zahtijeva razmjenu, raznolikost i miješanje. Svi živi organizmi karakterizirani su nečistoćom u svom genetskom sastavu, krvnim linijama, obiteljima, kulturama i vrstama. Pravila košera su usmjerena na povezivanje s božanskim, s prirodom, ljudima i sa samim sobom. Košer kuhinja služi životu, doprinosi održivom

upravljanju prirodnim resursima i prihvaća potragu za veganskim i vegetarijanskim alternativama (Williger,2019, 274).

Razumijevanje košer pravila je krucijalno kako bi se razumjelo židovstvo kao što je i definirano u prethodnom poglavlju, a u sljedećem će se rad orijentirati na način kojim se vjernici židovstva socijaliziraju i odgajaju i razvijaju u skladu sa košer pravilima na onoj društvenoj razini.

## **7.2. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U ŽIDOVSTVU**

Zakoni o čistoći, naravno, protežu se i izvan propisa o hrani i klanju. Ljudi također mogu postati ritualno nečisti, ali samo na određena razdoblja, i postoje sredstva za pročišćenje. Vrijeme je jedan od faktora u pročišćenju. Osoba koja pokazuje znakove gube ostaje nečista dok se rane ne zacijele. Vrijeme liječi rane. Liječenje je oblik pročišćenja, a pročišćenje potiče ozdravljenje. Koncept karantene odražava francusku riječ za četrdeset, "quarante". Četrdeset dana kiše, Veliki Potop, karantena protiv nasilja epohe. Četrdeset je biblijska vremenska jedinica koja označava dovršenje, generaciju (u pustinji), koja je potrebna za pročišćenje i sazrijevanje. U pustinji pijeska, duše se pročišćavaju. Duše Izraelaca mogle su se pročišćavati bez skretanja s puta. Obnova duše i prirode zahtijeva razdoblja odmora odnosno Šabat. Šabat, hebrejski za „odmor“ ili „zaustavljanje“, je najvažniji dan u židovskom tjednu, počinje u petak navečer i završava u subotu navečer. U skladu s biblijskim zapovijedima, Šabat je dan posvećen odmoru i duhovnom obnavljanju. Prema Tori, Bog je sedmog dana nakon stvaranja svijeta počinio i blagoslovio taj dan (Postanak 2:2-3). Stoga, Šabat je dan u kojem se Židovi odmaraju od svakodnevnog rada, posvećujući vrijeme obitelji, molitvi i duhovnom usponu (Cohen, 2007). Šabat počinje svečanim blagoslovom i paljenjem svijeća u petak navečer, poznatim kao "Hadlakat Nerot". Ovo označava početak Šabata i donosi svjetlost i duhovnu atmosferu u dom. Nakon paljenja svijeća, slijedi večera uz blagoslov na vino ("Kiddush") i obredni kruh ("Challah"). Obroci za vrijeme Šabata često uključuju specijalne delicije kao što su kugel i cholent, koji su pripremljeni unaprijed jer kuhanje na Šabat nije dopušteno (Berg, 2013). U subotu, Šabat se nastavlja molitvama u sinagogi i čitanjem iz Tore. Obroci su obično obiteljski, s naglaskom na zajedničkom provodjenju vremena i obnavljanju duhovne energije. Šabat završava s ceremonijom zvanom "Havdala", koja označava kraj Šabata i povratak u svakodnevne obaveze (Klein, 2011).

Šabat služi kao vrijeme za jačanje obiteljskih veza i zajedništva. Obiteljski obroci i rituali omogućuju članovima obitelji da se okupe i provedu kvalitetno vrijeme zajedno, bez ometanja

svakodnevnih briga. Ova praksa također pomaže u očuvanju židovskih kulturnih identiteta kroz generacije (Cohen, 2007).

Osim obiteljskih i religijskih aspekata, Šabat ima i kulturnu funkciju u jačanju zajednica. Šabat može biti prilika za zajedničke aktivnosti unutar lokalnih zajednica, kao što su studijske grupe i zajedničke molitve. Ove aktivnosti ne samo da jačaju zajedništvo unutar židovskih zajednica, već i služe kao prilika za obrazovanje i socijalnu povezanost (Berg, 2013). U modernom društvu, Šabat se često koristi kao prilika za refleksiju o svakodnevnim navikama i kao način za smanjenje stresa. Židovski zakoni koji reguliraju obavljanje posla tijekom Šabata, kao što su zabrane korištenja električnih uređaja i vođenja posla, mogu poslužiti kao model za ekološki svjestan način života koji potiče jednostavnost i održivost (Levin, 2019).

Održavanje Šabata također ima ekološki aspekt jer zahtijeva planiranje unaprijed i može smanjiti potrebu za potrošnjom resursa tijekom tjedna. Na primjer, priprema obroka unaprijed smanjuje potrebu za kuhanjem u subotu i time smanjuje energetske resurse potrebne za pripremu hrane (Klein, 2011). Šabat nije samo religijski obred, već i složena praksa koja utječe na svakodnevni život, obiteljsku dinamiku i kulturni identitet unutar židovskih zajednica. Ova praksa pokazuje kako religijske tradicije mogu oblikovati i obogatiti socijalni i kulturni život te kako se mogu prilagoditi modernim potrebama i vrijednostima. Obiteljski obroci igraju ključnu ulogu u očuvanju kulturnih vrijednosti unutar židovskih zajednica. Jela koja se pripremaju i konzumiraju za vrijeme važnih blagdana i tjednih praksi, kao što su Šabat, Pasha i Hanuka, ne samo da imaju religijsko značenje, već služe i kao važan socijalni i kulturni čin (Klein, 2011). Na primjer, obroci za Šabat započinju petkom navečer s obrednim činom blagoslova, a obiteljski obrok uključuje specifična jela kao što su challah (sladak kruh) i kugel (pita od krumpira). Ovi obroci omogućuju obiteljima da se okupe, dijele priče i iskustva, te očuvaju kulturne tradicije. Tijekom Pashalnog blagdana, tradicionalni obrok uključuje matzu (ne-krasni kruh) i jela koja simboliziraju oslobađanje Izraelaca iz egipatskog ropstva. Ovi obroci služe kao sredstva za edukaciju mlađih generacija o važnim povijesnim događajima i duhovnim lekcijama, čime se jača kolektivni identitet (Rosenbaum, 2016).

Prehrambene prakse također igraju važnu ulogu u socijalnim interakcijama i zajedničkim aktivnostima unutar židovskih zajednica. Osim toga, u židovskim zajednicama postoje specijalizirani objekti kao što su košer restorani i tržnice, koji ne samo da zadovoljavaju religijske norme, već služe i kao centri za socijalizaciju i zajedničke aktivnosti. Ovi prostori omogućuju članovima zajednice da se okupljaju, dijele obroke i sudjeluju u društvenim događanjima, čime se dodatno jača zajedništvo i identitet (Levin, 2019).



Također, židovska kultura je toliko složena i snažna da opstaje i u kontekstu migracija. Migracija i kontakt s drugim kulturama imali su značajan utjecaj na prehrambene prakse u židovstvu. Židovske zajednice koje su se preselile u različite regije prilagodile su svoje prehrambene prakse lokalnim uvjetima i dostupnim sastojcima, dok su istovremeno očuvale osnovne zakone kašruta (Snyder, 2018).

Ova adaptacija pokazuje kako se židovski prehrambeni običaji razvijaju i mijenjaju u skladu s kulturnim i geografskim kontekstima, dok istovremeno očuvavaju svoju osnovnu religijsku i kulturnu funkciju.

U suvremenom društvu, postoji rastući interes za ekološkim i održivim praksama unutar židovskih prehrambenih običaja. Pokreti poput ekološkog kašruta, koji uključuju održivo upravljanje prirodnim resursima i brigu za životinje, reflektiraju širi trend prema zdravijim i održivijim prehrambenim praksama (Snyder, 2018). Ovi trendovi pokazuju kako tradicionalne prakse mogu biti prilagođene modernim potrebama i vrijednostima, čime se očuvava njihova relevantnost u današnjem globaliziranom svijetu. Ovi aspekti pokazuju kako prehrambene prakse u židovstvu nisu samo religijske norme, već i složen društveni fenomen koji obuhvaća kulturne, socijalne, povijesne i ekološke dimenzije.

Hrana u židovstvu osim što ima svoju društvenu dimenziju, nosi duboku simboličku dimenziju koja se proteže kroz rituale, blagdane i svakodnevni život pripadnika ove religije. Razumijevanje ovih simbola ključ je za dublje shvaćanje židovske vjere, kulture i tradicije.

### **7.3. SIMBOLIČKA DIMENZIJA PREHRANE U ŽIDOVSTVU**

U svakoj kulturi, ljudi su uvijek koristili simbole kojima su davali smisao i dodjeljivali im specifično značenje. Kroz stoljeća, s protokom vremena, vjerski simboli su se pomiješali sa svjetovnim simbolima. Karizme judaizma su se međusobno prožimale s kršćanskim, poprimajući novi plemenski ili nacionalni oblik s utjecajima vlastite kulture (Krzysztof, 2016, 269).

Neopipljivi elementi židovskog nacionalnog identiteta proizlaze iz stoljetne religije, tradicije i kontinuirane kohezije. Ne možemo ih točno odrediti, ali istovremeno osjećamo njihov utjecaj na naše ponašanje, temeljne vrijednosti i vjeru. Stoga, oni nemaju materijalnu vrijednost – pokazuju samo drugu dimenziju stvarnosti, različitu od onoga što sami predstavljaju. Primjerice, vjerski simboli, oni povezani sa sferom sakralnog, omogućuju ljudima da dožive mistična iskustva. Oni su oblik slike koja zamjenjuje jedan aspekt. U čovjeku pokreću voljne ideje, razmišljanja, asocijacije i često uspomene. Njihovo značenje se ne može promatrati isključivo kao alegoriju niti ga svoditi na pojam slike ili znaka (Krzysztof, 2016, 270). Mnogi

židovski simboli imaju svoje pandane u drugim kulturama ili religijama. Drvo života i smrti; pokrivala za glavu, od krune do ukrasnih kapa; vatra; ruke; životinje ili odjeća od početka vremena, bez obzira na religiju, predstavljaju vlastiti sustav vjerovanja. Od zore povijesti, priče o prirodnom i nadnaravnom svijetu predstavljene su, između ostalog, putem rituala, umjetnosti, talismana, arhitekture i glazbe. Njihova je zadaća bila održati zajednicu u jedinstvu i bliskosti. Između ostalog, simboli jačaju osjećaj nacionalnog identiteta i ukazuju na vrijednosti važne za judaizam. Zahvaljujući njima, Židovi grade zajednicu usmjerenu na nacionalnu tradiciju, a njihovo zajedničko naslijeđe koje ih ujedinjuje diljem svijeta usredotočeno je oko simbola. Njihova tisućljetna tradicija stalno oživljava u njihovim ritualima i simbolima (Krzysztof, 2016, 284).

Upravo na značajnu simboličku važnost u židovstvu važno je razumjeti simboliku hrane koja je u židovstvu itekako značajna. Osnovu židovskog ritualnog prehranbenog sustava čine zakoni o kašrutu, odnosno prehranbenim propisima. Ovi zakoni, navedeni u Tori, definiraju koje su namirnice dozvoljene (košer) i koje su zabranjene (nekošer). Iako je u prethodnim poglavljima navedeno značenje košer i nekošer hrane, kao i životinje koje spadaju ili ne spadaju u košer hranu, važno je naglasiti njenu simboličku dimenziju.

Naime, simbolički promatrano košer pravila označavaju čistoću grešnika, omogućava pojedincu da se preko hrane iskupi za svoje grijeh, intimnije poveže sa Bogom i kroz hranu otplati sve svoje grijeh. Također, omogućava Židovima da putem molitve prije hranjenja odaju Bogu počast za jelo koje jedu. Prehrana u židovstvu, ima ritualnu ulogu. Hrana ima ključnu ulogu u brojnim židovskim blagdanima i obredima. Tijekom Šabata, sedmičnog dana odmora i duhovnog osvježenja, tradicionalna jela kao što su *halla* (pleteni kruh) i *vino za kiduš* simboliziraju radost, zajedništvo i duhovno osvježenje (Falk, 1993). *Halla* predstavlja mannu koju su Izraelci primali u pustinji, dok *vino* simbolizira radost i svetost (Sarna, 1989). Nadalje, još jedan židovski blagdan gdje se može osjetiti simbolika jest Pashalna večera (Seder) tijekom Pesaha, blagdana koji obilježava izlazak iz Egipta, bogata je simbolikom. *Matzah* (beskvasni kruh) podsjeća na brzinu izlaska iz Egipta, kada nije bilo vremena za čekanje da tijesto naraste (Bronner, 1992). *Maror* (gorke bilje) simbolizira gorčinu ropstva u Egiptu, dok *charošet*, smjesa voća, orašastih plodova i vina, simbolizira mort koji su Izraelci koristili u izgradnji u Egiptu (Goldberg, 1987). Nadalje, tijekom Hanuke, jela pržena u ulju, poput *latkes* (palačinki od krumpira) i *sufganiyot* (krafni), simboliziraju čudo ulja koje je gorjelo osam dana u Hramu (Frankel, 1993).

Ova jela podsjećaju na povijesni događaj i čudo, te jačaju osjećaj zajedništva i vjerske pripadnosti. Na Rosh Hashanah, židovsku Novu godinu, tradicionalna jela kao što su jabuke

umočene u med simboliziraju želje za slatkom i plodnom godinom (Goldberg, 1987). *Granat*, sa svojim brojnim sjemenkama, simbolizira plodnost i obilje, dok glava ribe simbolizira želju da budemo "glava, a ne rep" (Frankel, 1993). Na Yom Kippur, Dan pomirenja, post simbolizira pokajanje, duhovno očišćenje i pomirenje s Bogom (Donin, 1991). Prekid posta, poznat kao "*seudah hamafseket*", obično uključuje laganu hranu koja simbolizira novi početak. Tijekom Sukkota, tradicionalna hrana poslužuje se u sukah, privremenim skloništima koja simboliziraju Božju zaštitu i privremenu prirodu života (Sarna, 1989). Ova praksa jača svijest o povijesnim iskušenjima i Božjoj milosti. Simbolička dimenzija hrane u židovstvu odražava duboku povezanost s vjerom, poviješću i zajednicom. Hrana nije samo fizička potreba, već i sredstvo očuvanja identiteta, izražavanja vjerskih uvjerenja i jačanja zajedništva unutar židovskog naroda. Kroz stoljeća, rituali povezani s hranom omogućili su Židovima diljem svijeta da očuvaju svoju kulturu i vjeru.

Osim što je važno razumijevanje kršćanstva i židovstva, ne smije se zanemariti ni Islam kao jedna od najrasprostranjenijih religija u svijetu, stoga će se ovaj rad orijentirati u nastavku na razumijevanje važnosti povezivanja odnosa hrane i religije u kontekstu islama.

## 8. HRANA U KONTEKSTU ISLAMA

Hrana u islamu nosi duboko simboličko i duhovno značenje, nadilazeći ulogu običnog zadovoljavanja fizičkih potreba. Islamski propisi o hrani, poznati kao ahkam al-at'imah, postavljeni su kako bi osigurali da vjernici konzumiraju hranu koja je halal, odnosno dopuštena, i izbjegavaju haram, hranu koja je zabranjena (El-Nakib, 2020). Ovi propisi uključuju specifične odredbe o načinu klanja životinja, čistoći sastojaka te izbjegavanju konzumacije alkohola i svinjskog mesa, čime se nastoji postići ravnoteža između tjelesnog zdravlja i duhovne čistoće (Rahman, 2018). Osim zakonskih okvira, hrana u islamu ima i važnu etičku dimenziju. Kultura prehrane u islamskom kontekstu promiče umjerenost (wasatiyyah), što znači izbjegavanje pretjeranosti u konzumaciji, te zahvalnost Bogu (shukr) za blagodat hrane (Maqsood, Abushelaibi, & Manickavasagan, 2017).

Konzumacija hrane također ima društvenu dimenziju, budući da zajednički obroci jačaju društvene veze i osjećaj zajedništva među vjernicima. Na primjer, iftar, obrok kojim se prekida post tokom ramazana, ima snažnu društvenu i duhovnu komponentu, okupljajući obitelji i zajednice u znak zahvalnosti i solidarnosti (Ghaly, 2009).

Pored toga, hrana je usko povezana s islamskim obredima i ritualima. Post tokom mjeseca ramazana jedan je od pet stubova islama, a njegov značaj nadilazi samu apstinenciju od hrane i pića. Ovaj obred ima za cilj očistiti tijelo i dušu, potaknuti empatiju prema onima koji su manje sretni, te ojačati duhovnu disciplinu i strpljenje (Hussaini, 2019). Na taj način, hrana u islamu nije samo fizička potreba, već i sredstvo za postizanje duhovnog rasta i moralnog razvoja.

U konačnici, islamska perspektiva na hranu reflektira širu filozofiju života koja uključuje brigu o tijelu, duši i društvenoj zajednici. Kroz islamske propise i etičke smjernice o hrani kojise nazivaju halal pravila, vjernici su pozvani da vode zdrav i moralan život, uz stalnu svijest o Božjoj prisutnosti i zahvalnosti za Njegove blagodati.

Halal prehrana ima svoje porijeklo u islamskim vjerskim učenjima, koja se temelje na Kur'anui Sunnetu, odnosno praksi i izrekama proroka Muhammeda. Pojam "halal", što na arapskom jeziku znači "dopušteno", odnosi se na hranu i postupke koji su u skladu s islamskim zakonom, poznatim kao šerijat. Osnovni izvori halal prehrane su Kur'an, koji daje opće smjernice o dozvoljenoj i zabranjenoj hrani, i hadisi koji pružaju dodatna objašnjenja i detalje o pravilima koja se moraju slijediti kako bi hrana bila smatrana halal (Rahman, 2018).

Kroz stoljeća, islamski pravници razvijali su i tumačili ove propise unutar okvira islamske kulture, prilagođavajući ih različitim društvenim i kulturnim kontekstima (El-Nakib, 2020). U islamu, najvažniji blagdani, Ramazanski bajram (Eid al-Fitr) i Kurban-bajram (Eid al-Adha),

imaju duboku duhovnu i društvenu dimenziju, koja je usko povezana s prehrabnim praksama.

Ramazanski bajram obilježava završetak svetog mjeseca ramazana, tijekom kojeg muslimani poste od zore do zalaska sunca. Post ima za cilj pročistiti tijelo i duh, potaknuti samodisciplinui suosjećanje prema onima koji nemaju dovoljno. Kada završi ramazan, vjernici slave Ramazanski bajram zajedničkim obrocima koji simboliziraju kraj posta i početak novih blagoslova.

Ovi obroci često uključuju bogate i svečane jela, kao što su slatkiši i posebne delicije, koje se dijele s obitelji, prijateljima i susjedima, ali i sa siromašnima, naglašavajući važnost dijeljenjai zajedništva u islamu (Hussaini, 2019). Ramazanski bajram (Eid al-Fitr) obično traje jedan dan, iako se u nekim muslimanskim zajednicama proslava može protegnuti na nekoliko dana, posebno kada se uzimaju u obzir društveni posjeti i okupljanja. Kurban-bajram (Eid al-Adha), drugi važni islamski blagdan, traje četiri dana. Službeni praznici za oba bajrama mogu varirati u različitim zemljama, ali u mnogim muslimanskim državama, oba blagdana obilježavaju se s nekoliko dana odmora kako bi vjernici mogli sudjelovati u molitvama, proslavama i obiteljskim okupljanjima.

Kurban-bajram se obilježava otprilike 70 dana nakon Ramazanskog bajrama i povezan je s hodočašćem u Meku, poznatim kao hadž. Kurban-bajram se temelji na priči o proroku Ibrahimu (Abrahamu) i njegovoj spremnosti da žrtvuje svog sina kao čin poslušnosti Bogu, što je prepoznato kao vrhunac vjere i predanosti. U spomen na ovaj događaj, muslimani širom svijeta prinose žrtvu klanjem ovce, krave, ili deva, a meso se dijeli u tri dijela: jedan dio ostaje obitelji, drugi se dijeli prijateljima, a treći ide potrebitima. Ovaj obred ima važnu ulogu u islamskoj etici prehrane, jer potiče dijeljenje hrane i brigu za siromašne, čime se dodatno ističe društvena pravda i solidarnost kao ključne vrijednosti (El-Nakib, 2020).

Ova dva blagdana nisu samo prilike za slavlje, već i za dublju refleksiju o ulozi hrane u životu vjernika. U kontekstu islamske prehrane, Ramazanski i Kurban-bajram naglašavaju umjerenost, odgovornost i duhovno očišćenje, dok istovremeno služe kao podsjetnik na važnost zajednice i brige za druge. Kroz obrede i prehrabne prakse tijekom ovih blagdana, vjernici potvrđuju svoju povezanost s Bogom, ali i s društvom, čime se hrana u islamu vidi ne samo kao fizička potreba, već i kao sredstvo za postizanje duhovne i društvene harmonije (Huda, 2018).

Ako se podrobnije sagleda važnost Ramazana, to je deveti mjesec islamskog kalendara i period od velikog duhovnog značenja za muslimane diljem svijeta. Ovaj mjesec je posebno posvećen postu, obavljanju dodatnih vjerskih aktivnosti i jačanju duhovne povezanosti s Bogom. Post, poznat kao sawm, je jedan od Pet stubova islama, temeljan vjerski obaveza koju muslimani

prakticiraju tijekom Ramazana. Priprema za Ramazan obuhvaća duhovne i praktične aspekte. Prije početka Ramazana, muslimani često koriste vrijeme za duhovnu pripremu kroz pojačano učenje Kur'ana, činjenje dobrih djela i traženje oprost za prošle grijeh. Fizički, priprema uključuje postavljanje kućnih zaliha hrane i pića kako bi se osiguralo da su potrebne namirnice dostupne za obroke prije zore i nakon zalaska sunca.

Post u Ramazanu podrazumijeva suzdržavanje od hrane, pića, pušenja i intimnih odnosa od zore do zalaska sunca. Ovo suzdržavanje ima za cilj razvijanje samokontrole, duhovne discipline i izražavanje solidarnosti s onima koji su manje srećni. Post se prati prema specifičnim pravilima i fazama: prvi obrok prije zore zove se suhoor. Ovaj obrok je važan jer pomaže muslimanima da izdrže post tijekom dana. Suhoor se konzumira prije početka Fajr molitve, koja označava početak posta za taj dan. Iftar je obrok kojim se prekida post svakodnevno nakon zalaska sunca. Ovaj obrok često počinje s konzumacijom datulja i vode, što se temelji na tradiciji Poslanika Muhameda. Nakon početnog obroka, muslimani obično obavljaju Maghrib molitvu prije nego što nastave s glavnim obrokom koji uključuje razna jela i pića.

Tijekom Ramazana, muslimani se usmjeravaju na povećanje svojih duhovnih aktivnosti. To uključuje: Povećanu učestalost obavljanja molitvi, uključujući dodatne noćne molitve poznate kao „Tarawih“. Ove molitve se obavljaju u džamiji, a često uključuju učenje i recitiranje Kur'ana. S obzirom da je Kur'an prvotno i nastao za vrijeme Ramazana, muslimani prakticiraju iščitavanje cijele svete knjige u ovom razdoblju. Na kraju Ramazana, muslimani proslavljaju Ramazanski bajram (Eid al-Fitr), blagdan koji označava završetak posta. Ova proslava uključuje zajedničke molitve, obiteljske okupljanja, darivanje poklona i pružanje obroka siromašnima. Obroci tijekom Ramazanskog bajrama obično su bogati i raznoliki, a obitelj i prijatelji se okupljaju kako bi proslavili kraj mjeseca posta i zajednički uživali u hrani i druženju naravno prema zakonima Halal prehrane.

S obzirom da je Halal prehrana ključ muslimanske vjere važno je i detaljno razumijevanje halal pravila te značenje halal prehrane što će se detaljnije obraditi u sljedećem poglavlju.

## **8.1 HALAL**

Pojam "halal" odnosi se na sve što je dopušteno ili dozvoljeno u skladu s islamskim zakonom (šerijat). U kontekstu prehrane, halal označava hranu i piće koji su prihvatljivi za konzumaciju prema islamskim propisima. To uključuje specifične smjernice koje se odnose na vrstu hrane, način njezine pripreme, te postupke klanja životinja. Hrana koja nije u skladu s ovim pravilima naziva se "haram" i smatra se zabranjenom za konzumaciju.

Na primjer, svinjetina i alkohol su univerzalno zabranjeni u islamu, dok meso životinja mora biti pripremljeno prema strogim pravilima klanja kako bi bilo halal (Rahman, 2018). Halal prehrana nije samo pitanje vjerskog pridržavanja, već također uključuje šire etičke i zdravstvene dimenzije, gdje se naglašava čistoća, etičko postupanje prema životinjama, i odgovorna konzumacija (El-Nakib, 2020).

Prehrambene navike variraju širom svijeta, ovisno o kulturi i životnom okruženju, a često su duboko povezane s tradicijom i religijom. Specifične prehrambene prakse koje se odražavaju u svim aspektima ponašanja, uključujući prehranu, karakteristične su i za muslimane. U životu muslimana, prehrana ima značajnu duhovnu dimenziju i pridaje joj se velika važnost. Za muslimane, konzumacija hrane i pića služi očuvanju tjelesnog zdravlja, što im omogućuje da se predano klanjaju Alahu, a ne samo radi zadovoljenja tjelesnih potreba ili uživanja. Smatra se da su pokornost i poniznost ključne za postizanje počasti i sreće u životu nakon smrti. Stoga, islamski zakoni odbacuju i zabranjuju aktivnosti koje mogu dovesti do neprikladne prehrane, naglašavajući značaj umjerenosti u prehrambenim navikama (Staničić, Gaćina, 2016, 75).

Šerijat predstavlja vjerski zakon ili normativne smjernice unutar islama, koji se temelji na ključnim islamskim izvorima kao što su Kur'an, Sunnet, Idžma i Kijas. Ovaj sustav pravila, propisa, učenja i vrijednosti obvezuje muslimane da ga slijede i primjenjuju u svakodnevnom životu.

Šerijat definira što je dozvoljeno, a što zabranjeno u islamskom životu, uključujući prehrambene norme. Izraz "halal", koji se koristi u različitim kontekstima—jezičnom, vjerskom, kulturnom, tradicionalnom i znanstvenom—označava nešto što je čisto i dozvoljeno. Halal pokriva sve aspekte života muslimana, od rođenja do smrti, i najčešće se odnosi na hranu. Prema šerijatu, prehrambeni proizvodi mogu biti različito klasificirani, kao halal (dozvoljeni), haram (zabranjeni) ili mešbuh (sumnjivi). Hrana označena kao halal mora biti proizvedena u skladu s halal standardima i odobrena od strane nadležnih certifikacijskih tijela (Staničić, Gaćina, 2016, 76).

Halal oznaku mogu nositi svi prehrambeni proizvodi koji ne sadrže zabranjene sastojke i koji udovoljavaju šerijatskim propisima. Takvi proizvodi moraju ispunjavati standarde halal kvalitete definirane islamskim zakonom, čime su dopušteni za konzumaciju muslimanima. Prema pravilima halal prehrane, prihvaćene su konvencionalne tehnologije u proizvodnji, uključujući upotrebu kemijskih sredstava za zaštitu biljaka, aditiva, dezinfekcijskih sredstava i veterinarskih lijekova. Ova sredstva nisu dozvoljena u organskoj proizvodnji, koja teži izbjegavanju konvencionalnih tehnologija, ali su obično prihvaćena u halal proizvodnji. Ipak, mnogi muslimani preferiraju organsku hranu, koja ne koristi konvencionalne tehnologije.

Također, kao i u organskoj proizvodnji, halal standardi zabranjuju upotrebu određenih biotehnoloških postupaka, uključujući hranu proizvedenu od genetski modificiranih ili kloniranih organizama (Staničić, Gaćina, 2016, 76).

Povećana potražnja za halal hranom na tržištu dovela je do potrebe za potvrdom halal statusa prehrambenih proizvoda. Hrana mora biti pripremljena tako da njen sastav ne uključuje sastojke koji su protivni islamskim propisima, ne smije biti obrađena, prevezena ili skladištena uz upotrebu sredstava koja sadrže nedopuštene komponente prema islamskom zakonu, te ne smije doći u kontakt s drugim namirnicama koje ne udovoljavaju šerijatskim uvjetima tijekom proizvodnje, transporta i skladištenja. Prema islamskim prehrambenim zakonima, hrana se smatra haram (zabranjenom) ako uključuje svinjetinu, krv životinja, meso predatora poput lavova, tigrova, mačaka, pasa, vukova i ptica grabljivica, meso životinja koje su ubili nevjernici (osim muslimana, židova i kršćana) ili koje su bile žrtvovane drugim bogovima ili idolima, strvine (životinje koje su uginule prirodnom smrću), meso životinja koje su bile mučene i/ili ubijene od strane predatora u prirodi, alkohol i druge opijate, hranu koja sadrži haram sastojke poput kolača s rumom ili likerom, te hranu koja uključuje emulgator E474, koji označava životinjsku ili svinjsku mast. Šerijat dopušta konzumaciju mesa domaćih životinja i biljojeda (npr. goveda, ovaca, koza, deva), kao i svih ptica osim onih koje koriste kandže za lov na plijen. Meso domaćih magaraca i životinja koje se hrane nečistoćama je zabranjeno. Status mesa insekata nije jasno definiran, osim skakavaca koji su specifično označeni kao halal. Ostali insekti se smatraju neutralnima, tj. nisu ni halal ni haram. Međutim, prema cjelokupnim prehrambenim zakonima, konzumacija korisnih insekata poput pčela i mrava također se može smatrati zabranjenom (Staničić, Gaćina, 2016, 77). Insekti poput paukova, kao i oni koji prenose bolesti i prljavštinu, kao što su muhe, komarci i krpelji, nisu prihvaćeni u halal prehrani. Međutim, proizvodi poput pčelinjeg voska i matične mliječi dopušteni su za upotrebu bez ograničenja i označeni su kao halal.

Također, prorok Muhamed preporučio je konzumaciju meda zbog njegovih ljekovitih svojstava. U prehrambenim navikama muslimana, jaja i mlijeko od halal životinja su dozvoljeni, a za razliku od košer prehrane, halal prehrana ne zabranjuje miješanje mesa i mlijeka. Konzumacija haram hrane dopuštena je samo u izvanrednim situacijama, poput gladi, kada osoba nema drugih opcija. U takvim slučajevima, konzumacija haram hrane ne smatra se kršenjem šerijatskog zakona jer je čin izvršen iz nužde, a ne iz želje. Prema šerijatskim propisima, pri uzgoju, transportu i klanju životinja, mora se posvetiti posebna pažnja njihovom blagostanju. Životinje ne smiju doći u kontakt s bilo čim što je haram prema islamskim



zakonima, trebaju se hraniti isključivo dozvoljenom biljnom hranom i ne smiju primati genetski modificirane sastojke.

Također, treba osigurati da razina stresa životinja bude minimalna. U skladu s politikom Europske Unije, životinje ne smiju biti izložene bolu i patnji. Smatra se da životinje koje su dobro tretirane i uzgojene u humanim uvjetima daju meso bolje kvalitete. Halal standardi zahtijevaju human pristup od početka uzgoja do klanja. Prema islamskim zakonima, klanje mora izvršiti musliman ili pripadnik "Ahl-al-Kitab" (židov ili kršćanin) u ime Allaha, uz brzu i preciznu upotrebu oštih alata, pri čemu životinja ne smije vidjeti oštricu ili krv prethodno zaklane životinje. Lov i ribolov su dopušteni samo u svrhu prehrane, dok su sportski lov i ribolov, odnosno ubijanje životinja radi zabave, strogo zabranjeni. Iako ne postoje precizne metode za ulov ribe i drugih morskih životinja, naglašava se da ulov treba biti što humaniji, slično kao kod kopnenih životinja. Za morsku hranu postoje iznimke: ribu nije potrebno ubiti oštrim predmetom odmah nakon ulova, te je dopušteno konzumirati uginulu ribu sve dok ne pokazuje znakove kvarenja ili truljenja.

Tijekom pakiranja, halal proizvodi ne smiju sadržavati haram ili sumnjive sirovine i pomoćne tvari. Halal proizvodi se označavaju znakom koji uključuje riječ halal.

Zaključno, halal prehrana predstavlja ne samo skup pravila i smjernica za prehranu, već i važan dio kulturnog identiteta muslimana, koji utječe na sve aspekte života, od proizvodnje hrane do svakodnevnih prehrambenih izbora. S obzirom na globalnu rastuću potražnju za halal proizvodima, nastavit će se razvoj i usavršavanje standarda koji osiguravaju da se halal prehrambene prakse održe u skladu s vjerskim načelima i modernim zahtjevima tržišta.

U sljedećem poglavlju, rad će se orijentirati na praksu korištenja halal prehrane u kontekstu društva. Odnosno način na koji muslimani koriste halal prehranu kako bi materijalizirali religiju preko prehrane za stvaranje i prenošenje iste u društvu.

## **8.2. DRUŠTVENA DIMENZIJA PREHRANE U ISLAMU**

Islamske prehrambene smjernice i običaji u velikoj mjeri oblikuju društvene interakcije i obiteljske odnose, te odražavaju šire kulturne i vjerske vrijednosti koje prožimaju svakodnevni život muslimana.

Ovo poglavlje istražuje društvenu dimenziju hrane u islamu, s posebnim naglaskom na obiteljske odnose, blagdane i smisao hrane u islamskom društvu. U islamu, hrana igra ključnu ulogu u obiteljskim odnosima i u jačanju obiteljske kohezije. Obiteljski obroci često su prilika za okupljanje članova obitelji, što omogućava međusobnu povezanost i komunikaciju. Tradicionalno, obitelji se okupljaju oko zajedničkih obroka, posebno u vrijeme iftara tijekom

Ramazana i tijekom drugih važnih prigoda. Obiteljski obroci omogućavaju članovima obitelji da se usmjere na zajedništvo i obiteljske vrijednosti, potičući međusobno poštovanje i ljubaznost.

U islamskim obiteljima, priprema i konzumacija hrane često uključuju prakse koje odražavaju vjerske norme, kao što su poštovanje halal standarda. Halal hrana, koja je pripremljena u skladu s islamskim zakonima, ne samo da zadovoljava vjerske zahtjeve, već također jača obiteljske veze jer se članovi obitelji okupljaju za zajedničkim stolom, podijeljenim obrocima koji odražavaju njihovu zajedničku vjeru i vrijednosti (Rahman, 2009).

Blagdani su krucijalni trenuci u islamskom kalendaru u kojem se društvena dimenzija očituje, a hrana ima ključnu ulogu u njihovom obilježavanju. Dva glavna blagdana u islamu, Ramazanski bajram (Eid al-Fitr) i Kurban-bajram (Eid al-Adha), uključuju specifične prehrambene običaje koji odražavaju duhovne, vjerske i društvene aspekte. Ramazanski bajram označava kraj ramazanskog posta i obilježava se svečanom hranom i druženjem. Obitelj i prijatelji okupljaju se kako bi proslavili kraj mjeseca posta, a obroci tijekom Ramazanskog bajrama često uključuju tradicionalna jela koja su pripremljena s posebnim naglaskom na gostoprimstvo i zajedništvo. Ovaj blagdan također uključuje podjelu hrane onima koji su u potrebi, što odražava islamske vrijednosti davanja i socijalne odgovornosti (Esposito, 2010). Kurban-bajram uključuje obavljanje ritualnog klanja životinja i podjelu mesa obitelji, prijateljima i onima u potrebi. Ovaj blagdan simbolizira žrtvu i pokornost Bogu, a hrana ima središnju ulogu u ceremoniji. Meso koje se priprema za Kurban-bajram često se dijeli s rodbinom i susjedima, jačajući socijalne veze i promičući osjećaj zajedništva i solidarnosti (Ahmed, 2013).

Društvena dimenzija hrane u islamu nadmašuje samo fizičko hranjenje; ona ima duboke kulturne i vjerske korijene koji oblikuju kako muslimani doživljavaju hranu i njezinu ulogu u društvenom životu. Hrana u islamu često služi kao sredstvo za izgradnju zajedništva, pojačavanje obiteljskih veza i ispunjavanje vjerskih dužnosti. Jedan od ključnih aspekata društvene dimenzije hrane u islamu je koncept barakaha (blagoslova), koji označava prisutnost Božje milosti u hrani.

Prema islamskom vjerovanju, hrana koja je pripremljena u skladu s Božjim zakonima donosi blagoslov i radost, te je sredstvo za jačanje duhovne povezanosti i zajedništva. Barakaha se manifestira kroz praksu dijeljenja hrane, što odražava islamske vrijednosti ljubavi i brige prema drugima (Grewal, 2017). Osim toga, hrana u islamu također igra ključnu ulogu u manifestaciji identiteta. Halal prehrambene prakse pomažu muslimanima u očuvanju vjerskog identiteta, a zajednički obroci i blagdanske prakse postaju način izražavanja zajedničkih vrijednosti i

uvjerenja. Prehrambeni običaji ne samo da zadovoljavaju fizičke potrebe, već služe i kao simbolički izraz vjerskih i kulturnih normi koje povezuju članove zajednice (Abdel-Rahman, 2008).

Kao što se u ovom poglavlju i vidi ne može se odvojiti razumijevanje društvene dimenzije prehrane sa onom simboličkom s obzirom da simbolička dimenzija omogućava religiji da se očituje u onom duhovnom kontekstu, stoga će se u sljedećem poglavlju rad orijentirati na razumijevanje simboličke dimenzije hrane u Islamu.

### **8.3. SIMBOLIČKA DIMENZIJA HRANE U ISLAMU**

U islamu, hrana se često doživljava kao manifestacija Božje milosti i blagoslova. Ova simbolika je duboko ukorijenjena u Kur'anu i hadisima, gdje hrana predstavlja Božje darove i podsjetnik na Njegovu neizmjernu ljubav i brigu za svoje stvorenje. Kur'an često spominje hranu kao znak Božje dobrote i blagoslova, a vjerovanje je da su svi prehrambeni proizvodi, koji su čisti i halal, darovi od Boga (Kur'an 2:261; 16:11). Primjerice, u Kur'anu se navodi: "Allah je onaj koji daje hranu i piće i pruža vam sva dobra" (Kur'an 16:114). Ova izjava naglašava da hrana nije samo fizička potreba, već i božanska povlastica koja treba biti cijenjena i zahvalna. U islamskom vjerovanju, zahvalnost Bogu za hranu je važan aspekt vjere i života.

Jedan od ključnih aspekata simbolike hrane u islamu je uloga obroka u ritualima i svakodnevnom životu. Post, poznat kao sawm, je jedan od pet stubova islama i predstavlja važan aspekt duhovne discipline i samo-kontrole. Tijekom Ramazana, muslimani se suzdržavaju od hrane i pića od zore do zalaska sunca. Ovaj post simbolizira ne samo tjelesnu izdržljivost, već i duhovnu povezanost s Bogom. Prekid posta, poznat kao iftar, ima poseban simbolički značaj: obrok se često započinje konzumiranjem datulja i vode, što je praksa koju je preporučio Poslanik Muhamed (PBUH). Ovaj čin simbolizira zajedništvo i zahvalnost Bogu (Hadis, Sahih al-Bukhari). Na kraju Ramazana, muslimani daruju Zakat al-Fitr, milostinju koja se daje siromašnima. Ovaj oblik milostinje povezan je s hranom i simbolizira zahvalnost Bogu za blagodat Ramazana te podršku onima koji su u potrebi. Doniranje hrane simbolizira solidarnost i brigu za zajednicu, naglašavajući važnost socijalne pravde u islamu (Kur'an 2:177). Osim što u islamu svako djelovanje istinskog vjernika ima simboličku dimenziju u kojoj komunicira s Vrhovnim, upravo tako i sama Halal prehrana ima istinsku simboličku dimenziju. Simbolika halal hrane uključuje poštovanje Božjih zakona i etičkih smjernica, te pokazuje posvećenost vjernika u održavanju vjerskih obaveza (Kur'an 5:3). Ova simbolika odražava duhovnu čistoću i etičku odgovornost koja se očekuje od muslimana. To znači da haram hrana koja je nečista, simbolički šteti pojedincu i udaljava ga od Boga. Kao i u svim religijama tako i

u Islamu osnovna važnost hrane se očituje u duhovnom pročišćenju koje se odvija za vrijeme posta.

Post tijekom Ramazana predstavlja ključnu simboliku duhovnog pročišćenja. Suzdržavanje od hrane i pića potiče vjernike na introspekciju i duhovni rast. Post omogućuje muslimanima da se usmjere na duhovne ciljeve, poput jačanja veze s Bogom i poboljšanja moralnog ponašanja. Ova praksa također simbolizira suosjećanje s onima koji su u potrebi i jača osjećaj zajedništva i solidarnosti (Kur'an 2:183).

Hrana u islamu također simbolizira zahvalnost i poniznost. Učenje o hrani i njezinoj pripremi često uključuje naglasak na zahvalnost Bogu za svaki obrok i priznanje Njegove neizmjerne dobrote. Muslimani se potiču da jedu umjereno i da se suzdrže od prekomjernog konzumiranja hrane, što simbolizira skromnost i duhovnu ravnotežu (Kur'an 7:31).

Kroz hranu, muslimani izražavaju svoju zahvalnost Bogu, njeguju zajedništvo i solidarnost, te teže duhovnom pročišćenju i moralnom usavršavanju. Ova simbolička dimenzija hrane ne samo da obogaćuje svakodnevni život muslimana, već i pomaže u oblikovanju njihovog identiteta i duhovnog života.

## 9. ZAKLJUČAK

Povezanost hrane i religije, naročito u kontekstu kršćanstva, židovstva i islama, daleko nadilazi puko zadovoljenje fizioloških potreba, transformirajući prehranu u važan simbolički i društveni čin. Hrana u ovim religijama ne predstavlja samo sredstvo za preživljavanje, već i ključni element religijskih praksi, simboličkog izražavanja i očuvanja društvenih veza unutar zajednice.

U kršćanstvu, simbolička uloga hrane najjasnije se očituje kroz sakrament Euharistije, gdje kruh i vino predstavljaju tijelo i krv Krista. Ovaj sakrament ima duboko ukorijenjeno značenje u kršćanskoj teologiji, simbolizirajući Kristovu žrtvu i božansku milost koja se prenosi na vjernike (Smith, 2018). U zajedničkom blagovanju, vjernici ne samo da obnavljaju svoju vjeru, već se i povezuju jedni s drugima kroz zajedničko iskustvo primanja Euharistije. To je čin koji zrcali temeljnu poruku kršćanstva o ljubavi, zajedništvu i spasenju. Euharistija također predstavlja društveni aspekt hrane u kršćanstvu. Redovito okupljanje vjernika radi sudjelovanja u ovom sakramentu jača osjećaj zajedništva i pripadnosti crkvenoj zajednici. Kroz zajedničko blagovanje, društvena struktura kršćanske zajednice postaje čvršća, dok pojedinci potvrđuju svoju vjersku i društvenu pripadnost (Johnson, 2020).

U židovstvu, prehrambeni zakoni (košer) igraju ključnu ulogu u oblikovanju religijskog identiteta i svakodnevnog života. Ovi zakoni, koji detaljno propisuju što se smije, a što ne smije jesti, duboko su ukorijenjeni u Tori i predstavljaju sredstvo za održavanje čistoće i svetosti tijela i zajednice (Levit, 2019). Na primjer, zabrana konzumacije svinjetine nije samo prehrambena restrikcija, već simbolizira poslušnost Božjim zapovijedima i očuvanje duhovne čistoće. Simbolička dimenzija hrane u židovstvu posebno dolazi do izražaja tijekom religijskih blagdana, kao što je Pasha. Seder večera, koja se održava tijekom Pashe, bogata je simbolima; svaka namirnica na stolu ima povijesno i religijsko značenje koje podsjeća na izlazak iz egipatskog ropstva (Cohen, 2020). Na ovaj način, hrana postaje sredstvo za prijenos vjerskog znanja i kulturnog nasljeđa s jedne generacije na drugu. Društvena dimenzija hrane u židovstvu očituje se kroz zajedničke obroke koji prate religiozne obrede i blagdane. Blagovanje s obitelji i zajednicom nije samo društveni čin, već i duhovna praksa koja jača veze unutar zajednice. Na taj način, prehrambeni običaji postaju ključni za očuvanje židovskog identiteta i zajedništva u dijaspori (Friedman, 2017).

U islamu, hrana je također duboko povezana s religijskim zakonima i praksama. Halal i haram propisi jasno definiraju što je dopušteno, a što zabranjeno, a pridržavanje ovih pravila smatra se izrazom pobožnosti i poslušnosti prema Bogu (Rahman, 2021). Kao i u židovstvu, ovi zakoni imaju simboličku ulogu, podsjećajući vjernike na važnost čistoće i moralnosti u svakodnevnom

životu. Simbolička dimenzija hrane u islamu posebno je izražena tijekom Ramazana, mjeseca posta. Tijekom ovog razdoblja, vjernici se suzdržavaju od hrane i pića od zore do zalaska sunca, što ima duboko duhovno značenje. Post je način da se vjernici približe Bogu, očiste svoje tijelo i dušu te izraze solidarnost s onima koji su manje sretni (Khan, 2018). Iftar, obrok kojim se prekida post, postaje ključan trenutak za obnavljanje društvenih veza, kada obitelji i zajednice zajedno slave kraj dana uz zajednički obrok. Društvena dimenzija hrane u islamu također je prisutna tijekom vjerskih festivala kao što je Eid al-Fitr, kada se nakon Ramazana dijeli hrana s obitelji, prijateljima i siromašnima. Ovi običaji naglašavaju važnost solidarnosti, zajedništva i brige za druge unutar islamske zajednice (Ahmed, 2019).

Kroz analizu kršćanstva, židovstva i islama, postaje jasno da hrana igra ključnu ulogu ne samo kao sredstvo za fizičko preživljavanje, već i kao snažan simbolički i društveni alat. U svim ovim religijama, hrana služi kao most između svetog i svakodnevnog, omogućujući vjernicima da kroz prehrambene prakse izraze svoju vjeru, očuvaju svoj identitet i jačaju društvene veze unutar svojih zajednica. Simbolička uloga hrane omogućuje pojedincima i zajednicama da prenose religijsko znanje i kulturno nasljeđe, dok društvena dimenzija hrane omogućuje stvaranje i održavanje kohezivnih zajednica koje dijele zajedničke vrijednosti i uvjerenja. Kroz hranu, religija postaje opipljivija i pristupačnija, duboko ukorijenjena u svakodnevnim praksama koje obogaćuju živote vjernika (Jones, 2017).

Ovaj pregled naglašava važnost proučavanja hrane ne samo kao biološke potrebe, već i kao kulturnog, religijskog i duhovnog fenomena koji oblikuje naše identitete i društva. Buduća istraživanja mogu dodatno rasvijetliti složene načine na koje hrana i religija međusobno djeluju, te kako ove interakcije utječu na suvremene religijske i društvene prakse.

## SAŽETAK

Religija oduvijek predstavlja poseban interes u društvenim znanostima upravo zbog njenog utjecaja na samo društvo. Religija predstavlja ono nematerijalno što se osjeća duhom i što je neopipljivo, a unatoč tome predstavlja krucijalni pokretač različitih civilizacija kroz povijest ali danas. Religijska povezanost sa hranom predstavlja najveći čin simboličke povezanosti sa Bogom ali ujedno i način na koji oblikujemo društveni identitet. U kršćanstvu, hrana ima važnu simboličku ulogu, osobito kroz obred Euharistije, gdje kruh i vino predstavljaju tijelo i krv Isusa Krista. Blagdani poput Uskrsa i Božića često uključuju posebne obroke koji slave ključne trenutke iz Kristova života. Post i odricanje od određene hrane također su značajan aspekt duhovne pripreme i pokajanja u kršćanskoj tradiciji, osobito tijekom Korizme. U židovstvu, hrana ima duboku religijsku simboliku i povezana je s poštivanjem zakona kašruta, koji propisuju što je "košer" odnosno dopušteno za konzumaciju. Blagdani poput Pashe imaju stroga pravila prehrane, gdje se jede beskvasni kruh (macot) u spomen na izlazak iz Egipta. Hrana se često koristi kao način očuvanja židovskog identiteta i duhovne čistoće kroz svakodnevne rituale i blagdanske obrede. U islamu, hrana je usko povezana s duhovnošću kroz propise o halalu, odnosno dozvoljenoj hrani, i haramu, zabranjenoj hrani, s naglaskom na čistoću i moralnost. Post tokom ramazana, kada se vjernici suzdržavaju od hrane i pića od zore do zalaska sunca, predstavlja čin pobožnosti, samodiscipline i zahvalnosti Allahu. Razumijevanje ove povezanosti postavlja pitanje kako se ona razlikuje u kontekstu različitih religija odnosno kršćanstva, židovstva i islama?

*Ključne riječi* : religija, hrana, simbolička dimenzija, društvena dimenzija, kršćanstvo, židovstvo, islam

## **SUMMARY**

Religion has always been of particular interest in the social sciences due to its influence on society itself. Religion represents the immaterial, something felt by the spirit and intangible, yet it serves as a crucial driving force behind various civilizations throughout history and even today. The religious connection with food represents the greatest act of symbolic connection with God, as well as a way in which we shape social identity. In Christianity, food holds significant symbolic value, especially through the sacrament of the Eucharist, where bread and wine represent the body and blood of Jesus Christ. Holidays like Easter and Christmas often include special meals that celebrate key moments in Christ's life. Fasting and abstaining from certain foods are also important aspects of spiritual preparation and repentance in Christian tradition, especially during Lent. In Judaism, food has profound religious symbolism and is linked to the observance of the laws of kashrut, which dictate what is "kosher" or permitted for consumption. Holidays like Passover have strict dietary rules, where unleavened bread (matzah) is eaten in remembrance of the Exodus from Egypt. Food is often used as a way of preserving Jewish identity and spiritual purity through daily rituals and holiday observances. In Islam, food is closely tied to spirituality through the laws of halal, or permitted food, and haram, or forbidden food, emphasizing purity and morality. Fasting during Ramadan, when believers abstain from food and drink from dawn until sunset, is an act of devotion, self-discipline, and gratitude to Allah. Understanding this connection raises the question of how it differs in the context of various religions, namely Christianity, Judaism, and Islam?

*Keywords:* religion, food, symbolic dimension, social dimension, Christianity, Judaism, Islam



## POPIS LITERATURE

1. Ahmed, A. (2013). *Eid Celebrations and Food Practices in Muslim Communities*. Routledge.
2. Alebić, I. i Vranešić Bender, D. (2007). *Religija i hrana*. *Hrvatski Časopis za javno zdravstvo*, 3 (9), 0-0. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/index.php/298467>
3. American Humanist Association (AHA). (2023). U google. Preuzeto 16. lipnja 2024. sa <https://americanhumanist.org/paths/judaism/>
4. Berg, J. (2013). *The Sabbath: A Time for Rest and Reflection*. Oxford University Press.
5. Bond, B. (2005). *The Rituals of the Passover*. University Press.
6. Bronner, S. (1992). *Jewish Folklore and Ethnology Review*. Bloomington: Indiana University Press.
7. *Catechism of the Catholic Church*. (1994). United States Catholic Conference.
8. Cohen, B. (2007). *Shabbat: The Heart of Jewish Life*. HarperOne.
9. Davidson, R. (2000). Tumačenje biblije. *Biblijski pogledi*, 8 (1-2), 67-114.
10. De Lange, N. (2000). *An Introduction to Judaism*. Cambridge University Press.
11. Deacy, C. (2016). *Christmas as religion: Rethinking Santa, the secular and the sacred*. United Kingdom: Oxford University Press.
12. Donin, H. H. (1991). *To Be a Jew: A Guide to Jewish Observance in Contemporary Life*. New York: Basic Books.
13. Douglas, M. (1999). *Purity and Danger: An Analysis of Concepts of Pollution and Taboo*. London: Routledge.
14. El-Nakib, M. (2020). *Halal Food and Beverage: A Guide to Islamic Dietary Laws and Principles*. Routledge.
15. Esposito, J. L. (2010). *Islam: The Straight Path*. Oxford University Press.
16. Falk, M. (1993). *The Jewish Way: Living the Holidays*. New York: Summit Books.
17. Fieldhouse, P. (1998). *Food and Nutrition*. London: Stanley Thornes.
18. Fazlur Rahman. (2009). *Islamic Law: Theory and Practice*. University of Chicago Press.
19. Goldberg, H. (1996). *Jewish Passages: Cycles of Jewish Life*. University of California Press.
20. Goldstein, J. (2015). *The Jewish Table: A Culinary History*. New York University Press.
21. Ghaly, M. (2009). *Islamic Perspectives on Food and Nutrition*. Oxford University Press.
22. Greeley, A. M. (2002). *The Catholic Revolution: New Wine, Old Wineskins, and the Second Vatican Council*. University of Chicago Press.
23. Grewal, I. (2017). *Barakaha: The Blessing of Food in Islamic Traditions*. Palgrave Macmillan.

24. Griffiths, P. J. (2018). *Christian Flesh*. Stanford University Press.
25. Halilović, S. (2015). Istorija Kur'ana – istoricizam u tumačenju Kur'ana. *Kom: Časopis Za Religijske Nauke*, 4 (1).
26. Hahn, S. (2000). *The Lamb's Supper: The Mass as Heaven on Earth*. Doubleday.
27. Hadis, Sahih al-Bukhari. (n.d.). Sahih al-Bukhari. Retrieved from <https://sunnah.com/bukhari>
28. Hadis, Sahih Muslim. (n.d.). Sahih Muslim. Retrieved from <https://sunnah.com/muslim>
29. Heilman, S. C. (2001). *When a Jew Dies: The Ethnography of a Bereaved Son*. University of California Press.
30. Hussaini, M. M. (2019). *Islamic Dietary Laws and Practices*. American Muslim Council.
31. Johnson, M. E. (2016). *Meeting Mystery: Liturgy, Worship, Sacraments*. Orbis Books.
32. Johnson, P. (1987). *A History of the Jews*. Harper & Row.
33. Kitagawa, J. M. (1957). Joachim Wach and Sociology of Religion. *The Journal of Religion*, 37(3), 174–184. <http://www.jstor.org/stable/1199890>
34. Klein, I. (1979). *A Guide to Jewish Religious Practice*. The Jewish Theological Seminary of America.
35. Klein, M. (2011). *Traditions of Jewish Eating: Historical Perspectives*. Routledge.
36. Küng, H. (1995). *Christianity: Essence, History, and Future*. Continuum.
37. Levine, L. I. (2003). *The Ancient Synagogue: The First Thousand Years*. Yale University Press.
38. Levin, A. (2019). *Modern Trends in Kosher Food: Adapting to Global Challenges*. Palgrave Macmillan.
39. Mattson, M. P., Longo, V. D., & Harvie, M. (2017). Impact of intermittent fasting on health and disease processes. *Ageing Research Reviews*, 39, 46-58.
40. Maqsood, S., Abushelaibi, A., & Manickavasagan, A. (2017). *Food Safety in the Middle East*. Springer.
41. McBrien, R. P. (2008). *The Church: The Evolution of Catholicism*. HarperOne.
42. McGuire, M. (1992). *Religion: The Social Context* (3rd ed.). Wadsworth Publishing.
43. Mitchell, N. (2006). *Eucharist as Sacrament of Initiation*. Liturgy Training Publications.
44. Nikodem, K. (2004). Religijski identitet u Hrvatskoj. Dimenzije religijskog identiteta i socio-ekološke orijentacije. *Socijalna ekologija*, 13 (3-4), 257-286. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/47820>
45. Neusner, J. (2004). *The Hebrew Bible: An Introduction*. Augsburg Fortress.

46. Rahman, M. (2021). THE RELIGION OF ISLAM: Everything You Need to Know!.  
BA Shariah Law, Saudi Arabia, LLM International Law, Malaysia.
47. Rahman, M. S. (2018). Handbook of Halal Food Production. CRC Press.
48. Rosenbaum, D. (2016). Feasting and Fasting: The Role of Food in Jewish Festivals.  
Cambridge University Press.
49. Sarna, N. M. (1989). Exploring Exodus: The Origins of Biblical Israel. Schocken Books.
50. Schechter, S. (2001). Studies in Judaism. The Jewish Theological Seminary of America.
51. Scherman, N. (1984). The Complete Artscroll Siddur. Mesorah Publications.
52. Shapiro, J. (1997). Jewish Symbols in the Ancient World. New York: New York  
University Press.
53. Smith, H. (1991). The World's Religions Our Great Wisdom Traditions. HarperCollins.
54. Snyder, E. (2018). Eco-Kashrut and Sustainability: A Contemporary Analysis.  
Columbia University Press.
55. Solomon, N. (1998). The Jewish Tradition: Religious Texts and Their Interpretation.  
Cambridge University Press.
56. Sibal, V. (2018). FOOD: IDENTITY OF CULTURE AND RELIGION. St. Andrew's  
College of Arts, Science and Commerce, 6(46), 1-7.
57. Staničić, N. i Gaćina, N. (2016). PREHRANA I RELIGIJA: HALAL TURIZAM.  
Zbornik radova Veleučilišta u Šibeniku, 10 (1-2), 73-85. Preuzeto s  
<https://hrcak.srce.hr/161794>
58. Ware, K. (1997). The Orthodox Way. St Vladimir's Seminary Press.
59. Williger, D. (2019). PURITY AND KASHRUT. CrossCurrents, 69(3), 264–276.  
<https://www.jstor.org/stable/26842577>
60. Witkin, S., & Berg, L. (2009). The Social and Spiritual Dimensions of Fasting. Journal  
of Religion and Health, 48(3), 278-291.
61. Zrinščak, S. (2008). Što je religija i čemu religija: sociološki pristup. Bogoslovska  
smotra, 78 (1), 25-37. Preuzeto s <https://hrcak.srce.hr/25564>

## **POPIS TABLICA**

### **Tablica**

### **Stranica**

I. Ukupan broj sljedbenika najvećih svjetskih religija i vjera u 2010. godini i projicirani broj sljedbenika u 2050. godini.

4

II. Najveće kršćanske denominacije u Sjedinjenim Američkim Državama u 2010. godini, prema broju sljedbenika.

5

### **BILJEŠKE O AUTORU**

Lara Milatić je studentica sociologije na Filozofskom fakultetu Sveučilišta u Splitu. Rođena je 25.01.2001. godine u Splitu. U Splitu je pohađala OŠ Mertojak i Prirodoslovnu tehničku školu prilikom koje je završila smjer Prehrambeni tehničar. Trenutno pohađa Filozofski fakultet u Splitu na preddiplomskom smjeru sociologija.

SVEUČILIŠTE U SPLITU  
FILOZOFSKI FAKULTET

**IZJAVA O AKADEMSKOJ ČESTITOSTI**

kojom ja \_\_\_\_\_, kao pristupnik/pristupnica za stjecanje zvanja sveučilišnog/e prvostupnika/ce \_\_\_\_\_, izjavljujem da je ovaj završni rad rezultat isključivo mogega vlastitoga rada, da se temelji na mojim istraživanjima i oslanja na objavljenu literaturu kao što to pokazuju korištene bilješke i bibliografija. Izjavljujem da niti jedan dio završnog rada nije napisan na nedopušten način, odnosno da nije prepisan iz necitiranoga rada, pa tako ne krši ničija autorska prava. Također izjavljujem da nijedan dio ovoga završnog rada nije iskorišten za koji drugi rad pri bilo kojoj drugoj visokoškolskoj, znanstvenoj ili radnoj ustanovi.

Split,

Potpis

**Izjava o pohrani i objavi ocjenskog rada**  
**(završnog/diplomskog/specijalističkog/doktorskog rada - podcrtajte odgovarajuće)**

Student/ica: \_\_\_\_\_

Naslov rada: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Znanstveno područje i polje: \_\_\_\_\_

Vrsta rada: \_\_\_\_\_

Mentor/ica rada (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):

\_\_\_\_\_

Komentor/ica rada (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):

\_\_\_\_\_

Članovi povjerenstva (ime i prezime, akad. stupanj i zvanje):

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Ovom izjavom potvrđujem da sam autor/autorica predanog ocjenskog rada (završnog/diplomskog/specijalističkog/doktorskog rada - zaokružite odgovarajuće) i da sadržaj njegove elektroničke inačice u potpunosti odgovara sadržaju obranjenog i nakon obrane uređenog rada.

Kao autor izjavljujem da se slažem da se moj ocjenski rad, bez naknade, trajno javno objavi u otvorenom pristupu u Digitalnom repozitoriju Filozofskoga fakulteta Sveučilišta u Splitu i repozitoriju Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu (u skladu s odredbama Zakona o visokom obrazovanju i znanstvenoj djelatnosti (NN br. 119/22).

Split, \_\_\_\_\_

Potpis studenta/studentice: \_\_\_\_\_

Napomena:

U slučaju potrebe ograničavanja pristupa ocjenskom radu sukladno odredbama Zakona o autorskom pravu i srodnim pravima (111/21), podnosi se obrazloženi zahtjev dekanici Filozofskog fakulteta u Splitu.